

# コラーゲン ペプチド II + グリシン

“コンドロイチン”と一緒に、1日1~2回

- 内容量：60g (1ヶ月分)
- 形状：粉末
- 価格：7300円 + 消費税

栄養成分表：2g 中 (専用スプーンすり切り1杯)	
*コラーゲンII	450mg
*ムコ多糖類	300mg
*グリシン	340mg
*パラチニット	160mg


## コラーゲンIIとは

体内のタンパク質の約 1/3 を占めるコラーゲンですが、その構造の違いによりタイプ (型) に分けられます。

- ◎ 「I型」は体内のコラーゲン 80 ~ 90 % を占め、**皮膚、骨、真皮、靭帯、腱**に含まれます。
- ◎ 「II型」は、主に**関節の軟骨**や**目の硝子体**に多くあるコラーゲンです。

「II型」コラーゲンは“軟骨”に多く含まれていることから、鶏の胸骨軟骨や豚の気管軟骨を原料とし、軟骨エキスとして抽出されます。

関節炎の発症を抑制する機能が期待されています。



コラーゲンはどの種類でも“鉄”や“ビタミンC”が不足するとコラーゲンの生成が不十分になり機能が果たせなくなります。例⇒出血しやすい

## 吸収が良いコラーゲンペプチド

コラーゲンはゼラチンやにかわの原料として、昔から利用されています。コラーゲンを多く含む食品は、皮や骨付きの肉、皮の煮込みや豚骨スープ、魚の煮こごりなどです。コラーゲンが熱によって変成したものがゼラチンです。ゼラチンをさらに加水分解して分子量を小さくしたものが“コラーゲンペプチド”です。「ペプチド」は分子量が小さいので**吸収性に優れ**、食後 12 時間以内に 95 % が吸収されます。

## グリシン

コラーゲンは 17 種類の“アミノ酸”で作られ、**グリシン**が 50 %、**プロリン**と**ヒドロキシプロリン**が 21 %、**アラニン**が 11 % です。コラーゲンの新陳代謝を正常にし、その能力を維持していくために、毎日の食事で「**コラーゲンを十分に食べる**」事が必要です。グリシンは肌の水分を維持する**NMF(天然保湿成分)**でもあります。



## ムコ多糖類とは

「**ムコ多糖類**」は濃いゼラチン性の物質で、関節・眼球・動脈に多く含まれています。関節の潤滑油の働きをし、骨と骨をしっかり繋ぎ合わせ、関節の働き柔軟にし、血管 (動脈) をしなやかに保つためには不足させてはならない物質です。

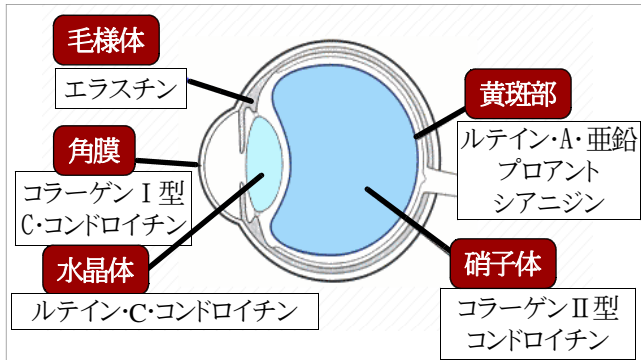


「**ムコ多糖類**」は体内で作られていますが、加齢と共に合成量が減るため、積極的に取り入れたいものです。「**ムコ多糖類**」が不足すると、関節がこわばったり、動きが悪くなる、動脈硬化が進行する、**腰椎椎間板ヘルニア**や**変形性膝関節症**になりやすいと云われています。

## 目の硝子体にもコラーゲンが、びっしり

「**硝子体**」しょうしたいは眼球内部を埋めているゼリー状の構造物です。硝子体の老化を防ぐ成分は、コラーゲンII型+コンドロイチン+ヒアルロン酸(グルコサミン)です。

## 目に働く栄養



## こんな方にお勧めします

- \* 関節 (軟骨)・血管が弱い方
- \* 中高年の方