

# コラーゲン ペプチド II + グリシン

- 内容量：60g
- 形状：粉末
- 価格：7,300 円(税込 7,884 円)
- お召し上がり方：“コンドロイチン”と一緒に、  
1日2g～4gを目安に。
- 【栄養成分表示:2g(5ccスプーン1杯)当たり】(推定値)

* II型コラーゲン	450mg
* ムコ多糖類	300mg
* グリシン	340mg
* 還元パラチノース(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。

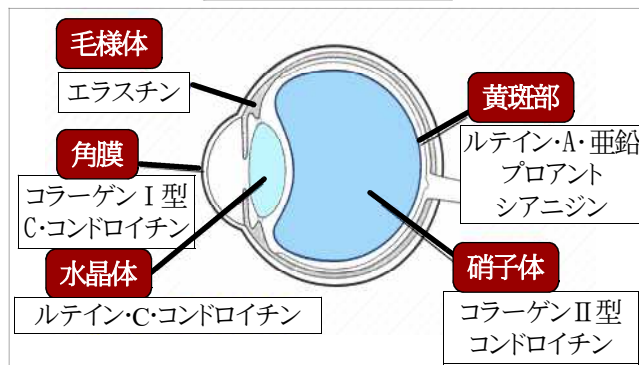


「ムコ多糖類」は体内で作られ  
ていますが、加齢と共に合成量が減るため、積  
極的に取り入れたいものです。「ムコ多糖類」が  
不足すると、関節がこわばったり、動きが悪く  
なる、動脈硬化が進行する、腰椎椎間板ヘルニ  
ヤや変形性膝関節症になりやすいと云われてい  
ます。

## 目の硝子体にもコラーゲンが、びっしり

「硝子体」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

注意：鶏肉、ゼラチンアレルギーの方は  
お控えください。