

肌がキレイなら、毎日をもっと楽しい

THE

ALAVITA

vol.15

BEAUTY

毎日をちょっと楽しく、新しく。アラヴィータ・ビューティは、肌・心・体を美しく整えるための情報を季節ごとにお届けします。

عتم رثكأ نوكي دوي لكف، ألي مچ كدلج ناك اذا. عتم رثكأ نوكي دوي لكف، ألي مچ كدلج ناك اذا



THE ALAVITA BEAUTY VOL. 15 2021

THE ALAVITA BEAUTY VOL. 15 2021

ネオファーマージャパン スタッフから一言

農業分野で5-ALA入り商品の開発や植物の共同試験などを行っています。生産者の方や園芸好きの方の大切な植物の生育を5-ALAの力で健やかにサポートしていきたいです。ALAVITAの原料植物の育成にも5-ALAは活躍中です！個人的には、ALAVITAの透明キャップがガラス温室をイメージして作られているところが、ユニークで美しくお気に入りです。



肥料事業グループ
S.Nさん

CONTENTS

- スタッフから一言
- 今月の気になるBeauty Topics
- ALAVITA成分図鑑
- 体の中からキレイに 5-ALA Recipe
- Line up
- コールセンターから今月のQ&A

今月の気になる
**BEAUTY
TOPICS**

ALAVITA公式YouTube累計 再生数3万回越えコンテンツ

ALAVITAには公式YouTubeがあることをご存知でしたか？その中でもとくにご好評をいただいているのが「教えて田中先生シリーズ」。わかっているようでちょっと難しい5-ALAのことを語っていただいた人気コンテンツの内容を紙面で再現します！

今年に入ってから多くのメディアで注目をされ、話題の「5-ALA」。ALAVITAのキー成分ではありますが、その正体はイマイチ謎!？と思っている方も多いのではないのでしょうか。5-ALAについて、ネオファーマージャパンのチーフサイエンティストである田中先生へインタビューした動画「5-ALAって何ですか？」はYouTubeでとくに反響が大きかったので、その内容を抜粋して掲載いたします。

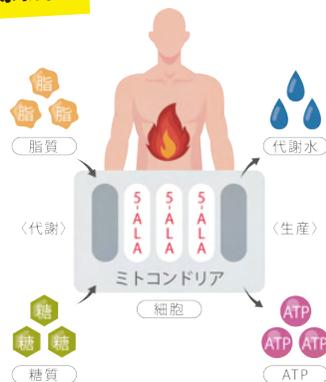


— 田中先生、5-ALAとはズバリなんですか？

田中：ひと言でいうとですね、我々生命にとっての「**根源物質**」と呼んでおりまして、人間・生物すべてが使う共通のエネルギー「**ATP**」を生み出す大元の化合物となっております。

ATPとは、**アデノシン三リン酸**のことで、生体内でのエネルギー放出・貯蔵、物質の代謝・合成などの重要な役割を果たします。**ATPの生産効率が悪くなると疲労や活動量の低下が生じる**と言われてます。

5-ALAは生命の根源物質



— 5-ALAはどんな分野で使用されていますか？

田中：5-ALAは、もともと我々の身体の中で作られるものですので、おおよその生物、それから食品の中に含まれています。野菜の中にも、お肉の中にも、どこにでも。もともと自分たちの身体に存在しているものなんです。ただそれが**足りなくなると、エネルギーが作れなくなります**ので、例えば肥料、飼料、人間ではサプリメント、すこし変わったところでは医薬品としても使われていて、ありとあらゆる場面でこの化合物、**5-アミノレブリン酸「5-ALA」**が使われ始めているところです。

5-ALAが足りなくなるとエネルギーが作れない

— 5-ALAはアミノ酸の一種ですが、一般的なアミノ酸とは何が違いますか？

田中：アミノ酸と言いますとみなさん最初に頭に思い浮かべるのは、たんぱく質を構成する20種のアミノ酸だと思えます。ですが、この**5-アミノレブリン酸「5-ALA」**はタンパク質を作りません。じゃ、何をやっているのかと言うと、「**ヘム**」とか「**クロロフィル**」とか大事なエネルギーを作り出す化合物の原料となっております。



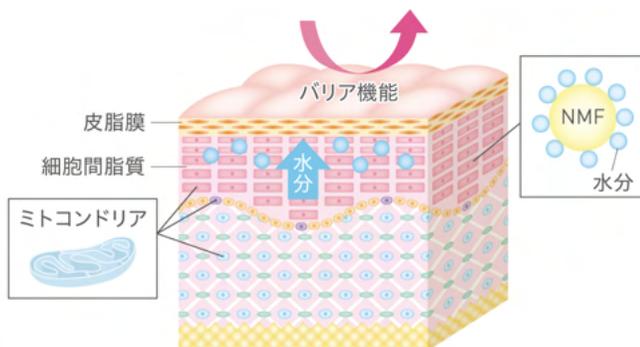


Chief Scientist 田中 徹 博士 Toru Tanaka

1986年 コスモ石油株式会社入社
 入社後、社内の自主研究制度をきっかけに5-ALAの研究を開始
 微生物を用いた発酵法で、5-ALAを安定的に大量に生産する画期的な手法を開発
 以降、5-ALAの様々な用途開発に携わり「5-ALA研究の第一人者」として知られている
 TBS「夢の扉」など、テレビに多数出演
 ネオファーマージャパン チーフサイエンティスト 現任

—「ミトコンドリア」について知っておかないと、5-ALAを深く理解ができませんか？

田中:そうですね、そもそもこの5-アミノレブリン酸「5-ALA」というのは、「ミトコンドリア」で作られるんです。ミトコンドリアで作られて、最終的にはミトコンドリアの中でヘムとかシトクロムとかになって、それでエネルギー(ATP)を作るんです。ですからミトコンドリアのことがわからないと、5-ALAを十分に理解することは難しいですね。



—ミトコンドリアと5-ALAとの関係性とは？

田中:2つの大きな関係があります。1つは5-アミノレブリン酸「5-ALA」を作るのは、ミトコンドリアが作ります。ミトコンドリアが自分で5-ALAを作って細胞質の中に出しまして、そこでポルフィリン骨格を運用してもう一回ミトコンドリアに戻して、ヘムとシトクロムになって、そこでせっせとエネルギー(ATP)を作るんです。だから我々はそのエネルギー(ATP)がないと生きていけませんし、それを作るためには酸素を使うわけです。体の中で酸素を使うのはミトコンドリアだけなんです。ですからアミノレブリン酸を作るのもミトコンドリア、それから出来たパーツでエネルギーを生み出すのもミトコンドリアなんです。

エネルギーを生み出すのは
ミトコンドリア

詳しくは ALAVITA YouTube で検索! /
ALAVITA 公式 YouTube Channel



チャンネル登録はこちら



ALAVITA 成分図鑑 vol.15 植物性エラスチン*



■どんな成分？

エラスチンは私たちの肌に存在する、コラーゲン同士の結合を補強して、肌にハリや弾力をもたせてくれる成分です。

*緑藻エキス、褐藻エキス、紅藻エキス、ゲンチアナ根エキス(保湿成分)

■どこがすごい？

緑藻類をメインにした海藻類と陸上植物から独自の製法で抽出した植物混合抽出成分です。「植物性エラスチン」と呼ばれるくらい、エラスチンに非常に良く似たアミノ酸配列をもっており、肌にハリをもたらせてくれるといわれています。

体の中からもっとキレイに
5-ALA Recipe

たっぷりキュウリの棒棒鶏サラダ

身近な食品にも含まれている5-ALA。

食材に取り入れて、からだの中からもキレイをつくりましょう。

材料 材料(2人分)

鶏肉(モモかムネ) 200g おろし生姜 小さじ1/2 ごま油大さじ1
塩コショウ少々 トマト 小1個 キュウリ 小1本 酒大さじ1
ゴマだれ★(すりゴマ大さじ2 味噌大さじ1 醤油大さじ1
ピーナッツバター 大さじ1 砂糖大さじ1 ゴマ油 小さじ1)

作り方

- 1 鶏肉をフォークで刺して、数力所穴をあける。
- 2 ポリ袋に鶏肉、塩コショウ・おろし生姜・ごま油を入れ揉み込む。
- 3 鶏肉を冷蔵庫で30分以上寝かせる。
- 4 トマトをくし切り、キュウリを千切りにする。
- 5 鶏肉に酒を振り、ふんわりラップして4分程度電子レンジにかける。
- 6 中まで熱が通るように、ラップしたまま6分程度放置する。
- 7 盛り付けして、★を全て混ぜ合わせたタレをかける。

POINT

鶏肉をレンジに入れる際に、皮目は必ず上にしておきましょう。
鶏肉の厚みによってレンジの時間と放置時間を調節してください。



今回の5-ALA食材

キュウリ

5-ALAは食品にも含まれており、キュウリは
100gあたり2.0μg含有しています。

(ネオファーマージャパン調べ)



教えてくれる人

ALAVITA担当 Mi-Suzuさん

アスリートフードマイスターの資格を持つ
ALAVITA担当者。「お肉を切るときは、そぎ
切りにすると断面が見えて美味しく見え
ますよね。盛り付けのちょっとしたコツです。」

ALAVITA SERIES LINE UP



みずみずしく
メイクをオフ

アラヴィータ クレンジングジェル
【メイク落とし】150g(約2ヶ月分)
通常価格 4,950円(税込)
定期特別価格 4,207円(税込)



海泥^{※1}でもっちり肌に
コクのある洗顔クリーム

アラヴィータ クレイウォッシュ
【洗顔フォーム】120g(約2ヶ月分)
通常価格 4,180円(税込)
定期特別価格 3,553円(税込)



ALAVITAの核心ケア
美しさへ一直線

アラヴィータ ブースターデュー
【美容液】50mL(約2ヶ月分)
通常価格 11,000円(税込)
定期特別価格 9,350円(税込)



大人肌も満足
高保湿化粧水

アラヴィータ ヴァイタルローション
【化粧水】150mL(約2ヶ月分)
通常価格 6,380円(税込)
定期特別価格 5,423円(税込)



ハリもツヤも叶える
濃密5-ALA^{※2}クリーム

アラヴィータ ヴァイタルクリーム
【保湿クリーム】30g(約2ヶ月分)
通常価格 13,200円(税込)
定期特別価格 11,220円(税込)

※1 海泥抽出物(洗顔成分)

※2 アミノレブリン酸リン酸(保湿成分)

☎ コールセンターから

今
月
の
Q & A

ヴァイタルクリームをやわらかくできますか？

付属のスパチュラでパール粒大をとり、両手のひらでクリームを包み込み、温めてみてください。ヴァイタルクリームは体温で溶ける特性があるので、少し温めてから使うと、やわらかく伸びが良い感触になります。両手を使って顔全体にスタンプを押すように、やさしくなじませるのがオススメです。

ご注文・お問い合わせ

TEL 0120-392-750

受付時間 9:00~21:00 年中無休

WEB

<https://www.alavita-cosmetics.com/>

