

■ ネイチャーバランス Nature Balance

👉 栄養バランス

👉 代謝と免疫

👉 抗酸化機能



ネイチャーバランス 30 包入
希望小売価格 ¥17,280-
会員価格 ¥13,800-

完全な栄養機能食品です。

栄養機能食品とは？

高齢化やライフスタイルの変化等により、通常の食生活を行うことが難しく1日に必要な栄養成分を取れない場合に、その補給・補完のために利用してもらうための食品です。1日当たりの摂取目安量に含まれる栄養成分量が、国が定めた上・下限値の規格基準に適合している場合、その栄養成分の機能の表示ができます。

栄養機能食品として表示できる栄養成分とは？

人間の生命活動に不可欠な栄養素で、科学的根拠が医学的・栄養学的に広く認められ確立されたものです。現在はミネラル5種類、ビタミン12種類について規格基準が定められています。(下表の☆印が栄養機能食品指定成分です)

■ ネイチャーバランスは、栄養機能食品成分17種類の規格基準をすべて満たしています！

☆	栄養素	成人1日あたりの推奨量		ネイチャー バランス	食材との比較		機 能
		男性	女性				
☆	β-カロテン	10.2mg	8.4mg	3mg	にんじん	38g	(ビタミンAの前駆体として)夜間の視力の維持を助ける栄養素です。
☆	ビタミン B1	1.3mg	1.1mg	20mg	豚ロース	2.9kg	炭水化物からのエネルギー産生と皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
☆	ビタミン B2	1.5mg	1.2mg	12mg	牛レバー	400g	皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
☆	ビタミン B6	1.4mg	1.1mg	10mg	にんにく	650g	たんぱく質からのエネルギー産生と皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
☆	ビタミン B12	2.4μg		50μg	しじみ	80g	赤血球の形成を助ける栄養素です。
☆	ビタミンC	100mg		250mg	レモン	250g	皮膚や粘膜の健康維持を助けるとともに、抗酸化作用を持つ栄養素です。
☆	ビタミン D	5.5μg*		5μg	うなぎ蒲焼	27g	腸管でのカルシウムの吸収を促進し、骨の形成を助ける栄養素です。
☆	ビタミンE	7mg*	6.5mg*	134mg	アーモンド	450g	抗酸化作用により、体内の脂質を酸化から守り、細胞の健康維持を助ける栄養素です。
☆	葉酸	240μg		200μg	ほうれん草	100g	赤血球の形成を助けるとともに、胎児の正常な発育に奇与する栄養素です。
☆	ナイアシン	14mg	11mg	10mg	干しいたけ	60g	皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
☆	パントテン酸	6mg*	5mg*	10mg	納豆	250g	皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
☆	ビオチン	50μg*		50μg	玉ねぎ	240g	皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
☆	亜鉛	12mg	9mg	15mg	牡蠣	110g	味覚を正常に保ち、たんぱく質・核酸の代謝に関与して、健康の維持に役立つ栄養素です。
☆	鉄	7.5mg	6.5mg	2.5mg	鶏レバー	28g	赤血球を作るのに必要な栄養素です。
☆	銅	0.9mg	0.7mg	1.5mg	いか	45g	多くの体内酵素の正常な働きと骨の形成を助ける栄養素です。
☆	カルシウム	700mg	650mg	210mg	牛乳	190g	骨や歯の形成に必要な栄養素です。
☆	マグネシウム	350mg	290mg	100mg	焼きのり	33g	骨や歯の形成と、血液循環を正常に保つのに必要な栄養素です。
	カリウム	2500mg*	2000mg*	5mg	りんご	4.5g	細胞内の余分なナトリウムを排泄し、血圧を正常に保ちます。不整脈の予防にも。
	マンガン	4mg*	3.5mg*	3mg	しょうが	60g	酵素を活性化し、糖質・脂質の代謝や骨の形成、性ホルモンの合成を助けます。
	セレン	30μg	25μg	25μg	かつお	20g	抗酸化酵素の成分で、活性酸素を除去し、細胞の酸化や老化を防ぎます。
	クロム	40μg	30μg	30μg	そば	90g	インスリンの活性化に必要で、不足すると血糖値の上昇につながります。
	モリブデン	25μg	25μg	5μg	こんにやく	31g	糖質・脂質の代謝を助けるとともに、鉄の働きを促して貧血の予防などに作用します。
	コエンザイム Q10	—	—	53mg	牛肉	1.7kg	細胞内のエネルギー産生に必要な補酵素。「アンチエイジング」の切り札。
	レシチン	—	—	68mg	大豆	3.5g	細胞膜の主成分。脂質の代謝を促し、肝機能を高めます。認知症、動脈硬化の予防にも。

☆印は栄養機能食品指定成分

成人1日あたりの推奨量は、厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2010年版)」で定められた50~69歳までの基準値

※印は目安量(推奨量を算定する十分な科学的根拠はないが、良好な栄養状態を維持するのに十分とされる量)