



エフ愛 トコトン 通心

エフアイNEWS 〈シリーズトコトン72〉

トコトン求める。

美肌効果だけじゃない！

レモンの すごい効果効能

訪問者：代表取締役 塩谷知明



【商品名】
広島レモンサイダー
【キャッチフレーズ】
広島レモンは
広島のお宝

広島県の取り組み

広島レモン大使就任
市川美織さん
(NMB48)



レモンの生産量
日本一の広島県
は、広島レモン
を広めるために
数々の取り組み
を行っています



前回の「無肥料・無農薬レモン」の産地訪問レポートに引き続き、今回はレモンのすごい効果効能についてご紹介いたします。少し意外な効果効能もご紹介しますので、ぜひ日々の生活にレモンを取り入れてみてください。

無肥料・無農薬レモン

『レモンのすごい効果』

効果①・美肌効果

レモンといえば「ビタミンC」や「クエン酸」が豊富で、美肌に良いというイメージがあるかと思えます。実際にレモンには多くのビタミンCが含まれ、抗酸化作用などの美肌効果が期待できます。

効果②・骨密度低下防止

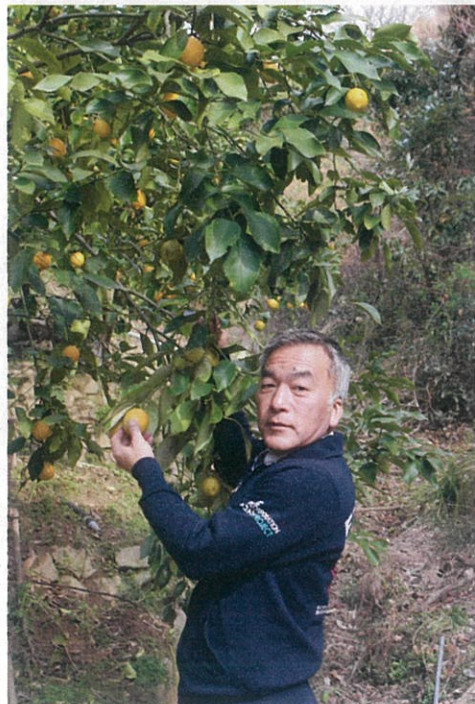
レモンにはクエン酸とよばれる「すっぱい」と感じる酸味の成分が含まれています。昔から疲労回復に効果があるといわれてきましたが、最近では骨密度の低下防止素材としても注目されています。レモン効果研究の専門家、県立広島大学保健福祉学部理学療法学科教授・飯田忠行先生が注目しているのが、クエン酸を持つクレート作用です。クレート作用によりカルシウムやマグネシウムなどのミネラルの吸収が促進され、体内のカルシウム濃度を一定に保つてくれるため、骨密度の低下を抑制できる可能性があるのです。

効果③・貧血予防

貧血には鉄を摂取すればいいと思いませんか。実はレモンに含まれるクエン酸やビタミンCと一緒に鉄を摂ることによって、鉄分の吸収率が上がり、貧血を予防できると考えられています。

効果④・メタボ予防

レモンに含まれるフラボノイドには脂質の代謝を改善する働きがあり、メタボの予防・改善に大きな効果が期待できます。また、レモンを多く摂ることにより、食欲を調整するホルモン、「レプチン」の血中濃度が上昇が抑制されます。体脂肪が多い人は「レプチン」の血中濃度が高いと、レモンを多く摂ると肥満の予防につながると考えられます。



ヒットの秘訣、WEBにて大公開中

トコトン エフアイ

検索



スマートフォンでもご覧いただけます

東京国際フォーラムで開催されました「健食原料・OEM2019」へのご来場誠にありがとうございました。



2019年4月9日（火）・10日（水）の2日間
東京国際フォーラムにて開催されました
「健食原料・OEM展2019」に出展いたしました。



今回は、
【価格競争に巻き込まれない付加価値あるヒット商品をトコットン提案します！】
をコンセプトに、



- ① シュワっと効かす！おいしく毎日食べられる
- ② 女性のための美容果実 魅惑の希少素材高麗人参果実
- ③ 糖と脂肪にW（ダブル）で効く

『炭酸タブレット』
『ジンセンベリーエキス』
『発酵つばき茶末』

など、差別化できる独自性の高い素材・加工について、ご紹介させて頂きました。今後も皆さまのお役に立てる提案をさせていただけますよう、益々精進してまいります。今回、展示会にお越しいただけなかった方も、ご質問等ございましたら、お気軽に何なりとお問い合わせください。



営業部 部長 祖父江勇気



←ジンセンベリーセミナーの様子

セミナーも盛況のうちに終了しました。たくさんの皆さまのご来場、ありがとうございました。



エフアイ養蜂コラム

エフアイ農園の梅と蜜蜂

春の訪れを告げるようにエフアイ農園に梅の花が咲きました。別名「春告草」ともいわれ、優しいピンク色の花びらが風にそよぎ、気品あふれる甘い香りがあたりに漂います。梅は中国が原産の落葉中高木で、種類はバラ科に分類されます。日本では縁起物とされたり、庭木や盆栽などでも親しまれています。エフアイ農園の梅にも、春と共に蜜蜂が花の蜜を求めてやってきました。梅は、大切な蜜源の一つでもあります。身を寄せ合い厳しい冬を乗り越え



↑エフアイ農園の梅と蜜蜂

た蜜蜂は、まだ肌寒いとはいえこの頃から活動を始めます。まるで春を待ち望んでいたかのように、花と花の間を忙しそうに飛び回り、一生懸命に蜜を集める姿は、とても愛らしく感じます。



エフアイ健康コラム

大注目！完全栄養食

私たちは、毎日の食事から様々な栄養を取り入れ、身体をつくり生命を維持しています。必要な栄養素をバランスよく摂取し、身体と心を整えることが理想的ですが、忙しい日々の中、十分に食事が摂れなかったり、ストレス解消につい暴飲暴食してしまったりと、不摂生な生活を送られている方も多いと思います。そういった生活が続くと栄養バランスが偏ってしまいます。

そんな現代人の味方になるかもしれない「完全食」というものをご存知でしょうか？

完全食とは1食に1日の1/3の栄養が含まれている健康的な食べ物です。短時間で簡単につくれますので、朝は早く夜が遅い方や、食事をつくる時間が無い方、お疲れのときなどに一度試してみたいはいかがでしょうか。味や製法にもこだわって作られていますので、おいしく食べられ、きっと満足できるはずです。

エフアイでも1日分の栄養素を補給するものなど数多く扱っております。ぜひ御相談ください。



商品例
「BASE BREAD（ベースブレッド）」
ベースフードより
小麦全粒粉、チアシードなどを使った
ヘルシーなパン

商品例
「All-in PASTA（オールインパスタ）」
日清より
麺の製法にこだわったパスタ。味も豊富。

