



自然が大きく変化する季節。
スポーツをしながら、
MCTオイルで体力UP!



いつか導入されるかも?
「砂糖税」のはなし。

歯周病予防にも期待
MCTオイルインタビュー

登山の体力づくりに
MCTオイル入りバターコーヒー



砂糖摂取の増加により、肥満人口が増え続けているのは周知の事実。今後、日本も含め、多くの肥満人口を抱える先進国を中心に、「砂糖税」の導入が進んでいくことでしょうか。糖質を摂りすぎない、バランスの良い食品を選びたいですね。

行われています。

「砂糖税」は、北欧ではスウェーデンやノルウェー、デンマーク、アイスランド、そしてフィンランドで既に導入されており、デンマークではさらに「脂肪税」(しも、アジアでもその拡がりが見られ、フィリピンではジュースで広く使われる異性化糖(果糖ブドウ糖液糖)を使った飲料などを対象とした「加糖飲料税」が施行されています。

例えば先日導入されたイギリスでは、液体100ml当たり5グラムを超える砂糖が含まれたノンアルコール飲料が対象となり、飲料中に8%を超える砂糖が含まれている場合は、税率がさらにアップ。具体的にはコカ・コーラやペプシ・エナジー・ドリンクのほか、ファンタ、スプリットなどの飲料が対象となっています。

が指摘されています。

満問題の主な要因として砂糖の過剰摂取が指摘されています。

砂糖の過剰摂取に注意!
甘くない「砂糖」の話。

クッキーやアイス、炭酸飲料など、砂糖がたっぷり入った甘いものに目がない、という人は少なくないのでは?「ちよつと甘いもの」を食べたい誘惑について負けてしまっていることも多々。近年増えてきている「砂糖税」はご存知でしょうか?これはその名の通り、砂糖が大量に含まれている飲料に対して課税されるというもの。深刻化する肥満問題の主な要因として砂糖の過剰摂取が指摘されています。

お取り扱い先インタビュー★

小売店や薬局、ジムなど、MCTオイルの導入事例をインタビューします



医療法人 優心 ながよし
デンタルクリニック
理事長 長昌 弘晃 様

と、いつしてもエネルギー不足による体調不良を感じやすくなってしまうのが難点でした。そんな時の対策として調べていた時に「MCTオイル」に出会いました。

当院では30〜40代の女性がメインでMCTオイルを使用していますが、ご年配の方はエネルギー補給を目的として、お子様の虫歯予防や血糖値低下によるイライラ防止のために摂り入れるお母さんも増えてつあります。

MCTオイルを愛用している患者さんで、一番聞くのは「空腹を感じる機会が減った」ということ。空腹感が少なくなることで、甘い物や飲み物などの間食を摂る回数が減り、体に良いものを摂るようになったといえます。おすめの使用方法として提案しているのが、MCTオイルを摂取後に、炭酸水を飲むことです。空腹防止にもなりますし、MCTオイルと炭酸水の発泡の相乗効果で腸の動きが刺激され、便秘解消に繋がったという方がいらつやいます。

「食同源」という言葉があるように、口頃からバランスの取れた美味しい食生活を意識することは、体全般的健康に繋がるといふことを、私自身も実感しています。

食事・栄養療法に重点を置いて健康をサポート
歯周病予防にもMCTオイルを活用しています!

お子様からご年配の方まで幅広い層の患者を持ち、ただ歯の治療をするだけでなく、患者一人ひとりのライフスタイルに寄り添った診療スタイルを特長とする「ながよしデンタルクリニック」様。今回は長昌理事長にお話を伺いました。



《CLINIC DATA》医療法人 優心 ながよしデンタルクリニック

大阪府豊中市向丘3-8-17 エスポワール西緑丘1F TEL:06-6844-0002 www.n-sika.com/idea

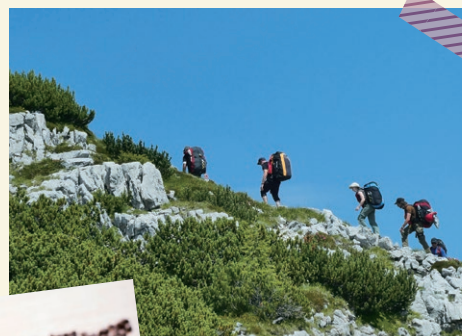


Health Column

☑ 登山のスタミナ & 体づくりにバターコーヒー

MCTオイル入り

今回のテーマは、秋にふさわしい「登山」。登山の魅力はなんといっても頂上からの景色。晴れやかな景観を眼下に望めば疲れが一気に吹き飛び、心身ともにリフレッシュできますよね。登山をする前には「体づくり」がもちろん重要。特に、山に入る数日前から軽いトレーニングを始めましょう。標高600m以下の低山であれば時間をかけてゆっくりと登ることができですが、1,000m以上の高い山になると、途中で体力を消耗しきつてしまい、遭難の危険性も。歩くことがベースの登山では、特に太ももの前の部分、ひざや股関節を固定する大腿四頭筋が大切なんだとか。ここを鍛えると、筋力のバランスが整えられ、体が軽く感じられます。単に筋力アップだけではなく、安全確保のためのとっさの行動をとりやすくなったり、持久力が向上したりするのも大切なポイント。トレーニングメニューは無理をせず、自分に合ったものか



PRESIDENT VOICE

低糖質なワインと高糖質なイタリア料理。

COOの岩井です。突然ですが、私の趣味はネットでの「お取り寄せ」です。毎月楽しみにしているのが、イタリアワイン。毎月さまざまな州のワインが2本届き、地域やワイナリーのストーリーを読みながら飲む時間が大好きです。ワインは糖質が低いので、ダイエット中でも比較的大丈夫なはずと思っているのですが、結局ワインに合わせてイタリア料理を食べているので、全然ダイエットにならないですね…。そろそろ食べ盛りのシーズン到来なので、気を引き締め直し、MCTオイルで食欲抑制したいと思います！



らはじめましょう。そして、その体づくりにおすすめなのが「バターコーヒー」。MCTオイルと良質なグラスフェッドバターやギー（加熱して純度を高めたバター）を加えたもので、ダイエットの飲み物としても話題です。登山でお馴染みのイモトアヤコさんも、登山家の貴田宗男さんからすすめられて「バターコーヒー」を飲んでいるそうですよ。みなさんもぜひ体力をつけて、秋の登山を楽しんでみませんか。

NEWS

好評につき第2弾！

仙台勝山館MCTオイル公式アンバサダー大募集中!!

勝山ネクステージ株式会社では、現在、弊社の活動をPRしていただく、公式アンバサダーを募集しております。MCTオイル商品をはじめとした弊社商品を無料でお届けします！

応募要項

- 応募要項: ご自身のSNSアカウントで仙台勝山館MCTオイル(自社関連商品含む)について、2週間に1度以上の頻度で積極的に情報発信していただける方
※オープンアカウントのみ対象
※具体的な内容につきましては、当選された方にのみメールでご案内いたします。
- 投稿期間: 2019年1月末まで
- 応募条件: 〇弊社製品に興味があること
〇美容や健康、フィットネスなどに興味があること
〇Instagramアカウント保持者で月に10回以上更新されていること
〇文章や写真の2次利用、またアンケートなどにご協力をいただけること
〇同業他社のサポートを受けていないこと
- 応募の流れ:
info@shozankan-shop.com宛てに、件名:「MCTオイル公式アンバサダー希望」で、以下の項目を記載いただき、送信してください。
〇氏名 〇電話番号 〇ご住所(郵便番号含む) 〇メールアドレス 〇職業 〇生年月日
〇Instagramアカウント(TwitterやFacebookと併せて発信していただくと尚嬉しいです)
★ご自身の画像(お顔がわかるもの)を添付してください。



VOICE

□□□-□□□□



腸からアンチエイジングと聞きます。MCTオイルはお通じにもいい、免疫力アップだそうで購入しました。毎朝、コーヒーに入れて飲んでみます。歯も汚れが付きにくい。何本もリピートしています。(東京都30代女性)

オイルなのにサラサラで臭いもなく使い易い。毎朝緑茶に大さじ1杯入れて飲んでます。朝食はこれだけですが、とても快腸です。お昼まで空腹感も無いので辛くありません。パンや白米を食べていた時は、体が重くて辛かったです。毎朝MCTオイルが欠かせません。(埼玉県40代女性)

スポーツクラブのトレーナーから教えていただき利用しています。バターコーヒー、納豆、スポーツ後のプロテイン、サラダにかけます。4月から5kg減量できました。他の生徒さんもバターコーヒーをはじめて、3~5kgマイナスしたそうです。(愛知県60代女性)

全く知らないオイルでしたが、高齢の親の脳機能維持に良いと聞き摂っています。自分でもダイエットに使っていますが、体重減少もさることながら、頭が冴えて、集中力が増したのを実感しています。(愛知県40代女性)

発行



勝山ネクステージ株式会社

仙台市青葉区上杉5-36 第三勝山ビル2F
TEL : 022-722-3750
Email : info@shozankan-shop.com

<https://www.shozankan-shop.com/>