



# あなたの大切な目、労わっていますか？



ユサナ・ヘルスサイエンス社  
「ビジョネックス」  
目におススメの栄養素ルテイン、アントシアニン、ビタミンCと亜鉛のコンビネーションで、目の疲れに対抗します。



ユサナ・ヘルスサイエンス社は、創業者兼会長でもあるマイロン・ウェンツ博士が、自身の専門である微生物学と免疫学に基づく細胞の研究から、食事だけで必要な栄養素を摂ることは難しいことを知り、理想の栄養補助食品を自分で作るべく、1992年に米国で設立された会社です。

世界でベストな栄養素を体に取り入れて  
「真の健康」を

デジタル情報の普及が  
目に負担をかけている

私たちの生活は、パソコンやタブレット端末などの登場によって、以前より目を使う機会が格段に増え、日々目を酷使し続けています。情報を得るときには、パソコンやスマートフォンなどの細かい文字を見る機会も増えました。このような現状から、酷使している目を労わる、または目を休めるサービスや商品も注目されています。

視力や目の健康には、スクリーンに似た働きをする部分「網膜」にある「ロドプシン」というタンパク質が関わっています。この「ロドプシン」が光の刺激を受けると、瞬時に分解され、またすぐに再合成されます。この繰り返しによって、光が電子シグナルに変換され、脳へ伝わり、私たちは「目が見える」と認識します。

しかしながら、このロドプシン  
また、亜鉛は、網膜に多く含まれていて、神経の伝達には欠かせないため、不足すると目が疲れやすくなります。  
ルテインで紫外線などの外敵から目を守り、アントシアニンなどで目の健康に必要な栄養素を補給していきましょう。  
今回は、免疫力を高める成分を豊富に含んだ「プロフラバノールC100」をご紹介します。

ンの再合成は、長時間目を使うことや年齢を重ねるにつれて、遅れが出るようになります。この再合成が遅れるようになると目の疲れやかすみ目の原因となりますので、予防や改善には、いかにロドプシンの働きを正常に保つかがポイントとなります。そんな働きの目を労わり、目の健康を維持して、不自由なく生活を送るためには、目の健康をサポートする栄養素を補給することを考えてみましょう。

働き者の目を労る  
栄養素とは

まずは、ロドプシンの再合成を助ける「アントシアニン」をご紹介します。アントシアニンは、紫外線やウィルスから守るために植物が作り出す抗酸化力が強い成分で、私たちの目のロドプシンの再合成を活性化させる働きがあります。アントシアニンは、摂取後、4時間ほどで効果を発揮し、24時間後に体外

Why comprehensive supplements required?



ビタミンCや亜鉛も  
目に大切な栄養素

に出ています。ですので、1度に大量に摂るよりも継続して毎日摂り続けることが望ましい成分です。  
また目の健康に欠かせない栄養素として「ルテイン」があります。ルテインは、水晶体（レンズ）や角膜などに存在し、紫外線に対してバリア的な効果を発揮します。紫外線の他に人工の光（照明やテレビモニター）、特にブルーライトを発生するパソコンやスマートフォンなどから、目を守ってくれます。また紫外線などによる目の酸化ダメージを防ぐ働きもあります。



Aya Takahashi  
サプリメントアドバイザー

## 高橋 彩

「60兆個の細胞をキラキラと輝かせ、笑顔と喜びに満ちあふれた人生を。」をモットーに、株式会社A.Style設立。「お医者さまにできるだけ頼ることなく、自分で自分の健康を守る」一予防・未病についての講演会、健康セミナー開催。

紫外線対策に！  
目からの  
日焼け防止に！  
『ビジョネックス』に含まれるルテインは、目の奥まで届く青色光などの有害光線を吸収・カットし、目の健康を守るだけ

でなく、シミの発生をも防いでくれる成分です。  
・強力な抗酸化……ルテインは体内で合成できないので、緑黄色野菜から補給する必要があります。毎日の食事で足りない部分はサプリメントで補っていき

ましょう！ルテインは、活性酸素の発生原因となる紫外線や青色光を吸収し、網膜や水晶体の酸化を防ぎます。目の病気の予防・改善に必要な栄養成分です。  
・美肌効果……ルテインの摂取で肌の水分量・脂質量・弾力性などが増加したという報告もあります。ルテインを1日分あたり12・6mg配合しているビジョネックスは、肌の総合力アップにも貢献します。ビジョネックスで、紫外線ブロック&美白肌をサポート！



Kenichi Mizusawa  
健康指導師 (正常分子栄養学) 健康管理士  
パーソナルダイエットコーチ

## 水澤健一

39歳で1.5型糖尿病(自己免疫型)発症をきっかけに、食生活を改善。症状のコントロールが出来る様になり、薬が一切不要になる。健康指導師、健康管理士の資格を取得、健康パーソナルコーチングを行なう。

アントシアニンで  
視覚機能改善  
今、現代人の目は酷使されています。パソコン、スマートフォン等のポータブル端末の長時間使用や長時間労働などで目にかか

るストレスは相当なものです。適度に休憩を入れてリフレッシュできれば良いですが、日々の忙しさについて忘れがちになっていきます。目の疲れが原因で頭痛になったり、交感神経が優位になり夜なかなか寝付けなかったりと、目か

ら来る疲れを放置してよいことは1つもありません。目の健康を維持するには、アントシアニンとルテインという栄養素が有効であることが分かっています。アントシアニンは、視覚機能を改善する効果があり、その強い抗酸化力により眼病に対して予防効果があることも分かっています。ルテインは紫外線やパソコンやスマートフォンなどから放射されるブルーライトによるストレスを軽減する働きがあると言われています。