

「エナジードリンク」を見直してみませんか？



ユサナ・ヘルスサイエンス社
「REV3」
天然ハーブによるエネルギー
アップと疲労回復の強い味わ

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

エナジードリンクの
落とし穴

「最近、疲れがなかなか取れない」、「元気が出ない」と感じている方が、手軽に元気を出すための飲み物といえば、エナジードリンクではないでしょうか？
薬局、キヨスク、コンビニエンスストアで、さまざまな種類の栄養ドリンクやエナジードリンクが売られています。エナジードリンクには、ビタミンも含まれていますが、主にカフェインと砂糖を入れることで、エネルギーを絞り出すのが主流です。飲んだ後は元気になりますが、1〜2時間もするとまた疲れてきます。これに慣れてしまうと、エナジードリンクを習慣的に飲むことにもつながってしまっています。

疲れにクエン酸

昔から親しまれている元気が出る身近な食べ物で思い浮かぶ成分。
③茶エキス……新陳代謝を高め、体脂肪の低減が期待できる成分。

一般的なエナジードリンクは、1缶で100〜200キロカロリーほどありますが、「REV3（レブスリー）」は1袋10キロカロリーですので、カロリーを気にする方にもおススメです。レモンティーに近い味で、ホットでも冷たくてもお飲みいただけます。
さあ、疲れを溜めないために、良質なエナジードリンクを飲んで、新陳代謝が活発なカラダを作りに取り組みしましょう。

今回は、腸内環境をサポートする「プロバイオティック」をご紹介します。



Why comprehensive supplements required?

イクルを活性化させることは、新陳代謝が良くなり、体内でのエネルギー生産と疲労回復が期待できます。

ローカロリーのエナジードリンク「REV3（レブスリー）」の特徴

このクエン酸サイクルに効率的に働きかけるエナジードリンクが、米国ユタ州で20年以上に渡り、厳しいFDA（米国食品医薬品局）医薬品基準の自社工場を持つサプリメントメーカーであるユサナ・ヘルスサイエンス社から販売されている「RE

V3（レブスリー）」です。このレブスリーの特長をご紹介します。

- 3つの天然ハーブを主成分として、一時的なエネルギー上昇ではなく、クエン酸サイクルに働きかけ、長く継続するエネルギー生産の活性化をサポートします。
- ①イワベンケイ根エキス……高山に育つ植物で疲労回復が期待できる成分。
- ②高麗人參……滋養強壮に良いと広く知られており、新陳代謝を高め、疲労回復や美肌効果も期待できる成分。



Aya Takahashi
サプリメントアドバイザー

低GIエネルギーエナジードリンク「REV3」でエナジーチャージ！

「REV3」は、低GIエネルギーエナジードリンクであると同時に、抗酸化ドリンクでもあります。自然由来の安全食材（天然ハーブとステビア・クエン酸・リンゴ酸等）を

使用、有用成分が徐々に効いてくることが特徴です。低GI*とは、ブドウ糖を摂取した場合の基準値を100とし、55以下が低GIとされています。低GIは、血糖値の上昇が緩やかで、エネルギーが長持ちするのが特徴です。
「REV3」は、クエン酸サイク

ルに働きかけ、持続するエネルギーを生み出します。クエン酸サイクルとは、別名体内燃焼システムと呼ばれ、食事から摂取した炭水化物や脂肪、乳酸等は、クエン酸サイクルによって細胞内で分解・燃焼、細胞を活動させるエネルギーへと変換されます。クエン酸サイクルを活性化させることで、ダイエット効果・アンチエイジング・酸化防止・疲労回復などが期待されます。
「REV3」で、エネルギーチャージしませんか？
*GI（グリセミック指数。摂取後の血糖値の上昇具合を数値化したもの）



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。

エナジードリンクは正しく選びましょう

疲れた時にエナジードリンクを飲む方も多くあります。頻繁に飲むことで身体に負担をかけることをご存じでしょうか？
1つはカフェイン。眠気、倦怠

感に効果がある一方、副作用として不眠、めまいを生じることがあります。利尿作用もあり水分を身体から排出します。取り過ぎは要注意です。もう1つは砂糖。市販のエナジードリンク250mlに約30g砂糖が含まれます。角砂糖が1個約3gですので、10個分です。GI値の高い砂糖は血糖値を急激に上げますので、一瞬、疲れが取れたように感じますが、数時間後には血糖値が下がり、元の状態に戻ってしまいます。
低GI（血糖を上げにくい）果糖や天然甘味料、エネルギー代謝を上げる成分（クエン酸、リンゴ酸、ビタミンB群等）、抗酸化物質、アダプトゲン（精神的肉体的疲労を減らす天然のハーブ）等がバランス良く含まれるものを選びましょう。