

コラーゲンに関するお問い合わせの件

全国の女性の皆さんから肌に関するお問い合わせがよくあります。

特に「コラーゲン」入りの食材を意識して摂取しているのですが期待している程肌が良くなったという実感がありませんが何故でしょうか？と聞かれます。それは「コラーゲン」を摂取しても胃や腸で分解・消化・吸収されるので元の「コラーゲン」のまま原形を留めているわけではありません。

良質の「アミノ酸」を摂取することで体の中で作られる美肌を作る為の再合成されるコラーゲン（因みにコラーゲンの分子はアミノ酸の約 3,000 倍と言われています）こそが肌をきれいにするのです。特にサプリメントですと胃や腸に負担をかけずダイレクトに吸収されるので良質の「アミノ酸サプリメント」を選ぶことが大切です。更に「クエン酸」が加わると肉体的な疲労ばかりでなく脳の神経疲労にも有効とされています。

冷え性の改善・利尿作用・ストレス・精神安定・筋肉痛・肩こり・食欲増進・ダイエット等などの改善が期待できるそうです。