

健康情報

月刊マイクロアルジェ

ニュースレター

できれば避けたい! アレルギーリスク

マイクロアルジェ応用製品体験記

こんなに元気になる人はまれですよ!

神経因性膀胱&ひざ痛からの回復

研究所便り

イシクラゲ栽培の現場から

わくわく! プラザ

MACふるさとツアー宮古島

~イシクラゲ栽培を見よう~ ツアーリポート

Vol.389
2026年2月号

写真: マイクロアルジェ ヘマトコッカス

鮭やエビ、フラミンゴなどの体色のもととなっている赤系の色素・アスタキサンチンを豊富に含む緑藻の仲間。アスタキサンチンはβカロテンの40倍、ビタミンEの550倍もの抗酸化力を持つとされる。 弊社商品「ベクト」に使用

できれば
避けたい！

アレルギー リスク

花粉症、アトピー性皮膚炎、ぜんそく、食物アレルギー…現代はアレルギーの時代といわれます。原因は遺伝や体質ではありません。発症や症状の悪化を招く外的リスク要因がいくつも存在します。それらを何とかできれば、症状の軽減も期待できます。



リスク① 低体温

平熱 36℃以下の『低体温』の人が増えている！

- ◆免疫細胞が正常に働ける体温は 36.5℃
- ◆体温が 1℃上がると最大 5 倍～ 6 倍免疫力がアップ ↑
- ◆体温が 1℃下がると免疫力が 30% ダウン ↓

アレルギーは『免疫の暴走』であり、これを制御するには健全な免疫力が必要です。体温を上げる生活を心がけましょう。



そのためには

★血行を良くする

血流・血行が悪いと全身に熱が行き渡らず、体温が上がりにくい。血行改善に役立つ食品等を積極的に摂ろう。

**ヒハツ(ロングペッパー)、
オーランチオキトリウム
(藻類)、オリーブ、ザクロ
など**

★ミネラル補給

食べ物を体内でエネルギーに変換するにはミネラルが必要。エネルギー代謝に関わる主なミネラルは下記の通り。

**鉄, 亜鉛, マグネシウム,
セレン など**

★適度な運動

筋肉は体温の主な発生源。筋肉量が多いほど基礎代謝が上がり、熱を多く産生する。運動の習慣をつけよう。

**筋トレ, ストレッチ,
ウォーキング など
(無理のない範囲で)**

リスク② オメガ6脂肪酸(リノール酸)摂りすぎ

もっとオメガ3脂肪酸(α -リノレン酸など)を！

- ◆オメガ6・オメガ3脂肪酸の理想的バランスは2：1。
- ◆しかし現実には約10：1といわれる。
- ◆オメガ6脂肪酸はアレルギー反応を強め、炎症を促進する。
- ◆オメガ3脂肪酸はアレルギー反応を抑え、炎症を抑制する。

オメガ6脂肪酸が多く含まれる食品



マーガリン、ファストフード、加工食品など

オメガ3脂肪酸を積極的に摂り、理想のバランスに近づけましょう。

オメガ3脂肪酸が多く含まれる食品



えごま油(α -リノレン酸)



魚油(EPA,DHA)



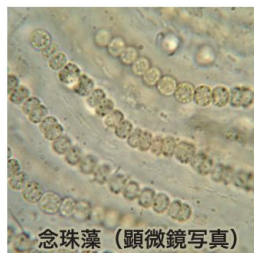
ナッツ類(α -リノレン酸)

リスク③ 予防免疫力の低下

予防免疫(粘膜免疫)の強化を！

- ◆s-IgA(分泌型IgA)は、唾液や腸管粘膜に多く存在する抗体。体外からの異物侵入を防ぐ予防免疫(粘膜免疫)の主力。
- ◆花粉症やアトピーなどのアレルギー患者は、唾液中のs-IgAレベルが健常者よりも低い。
- ◆唾液中のs-IgA濃度と血中IgE(アレルギー反応時に産生される代表的な抗体)値は逆相関関係にある。

s-IgAの分泌量を増やし、予防免疫力を高めることが望ましい。



念珠藻(顕微鏡写真)

マイクロアルジェ念珠藻は経口摂取により唾液中のs-IgA濃度を高めることが分かっています。

こんなに元気になる人はまれですよ！ 神経因性膀胱&ひざ痛からの回復

85 歳女性 R.S さん



4年ほど前のこと、老々介護の疲れから体調を崩し、便秘・下痢をくり返し、食欲もなくフラフラの状態で病院へ行くと、**神経因性膀胱**※と診断されました。

尿が出なくなっていて、尿道にカテーテル（細い管）を入れるしかなく、即入院。点滴とリハビリをくり返し、約1カ月で退院しました。

マイクロアルジェ商品は以前から愛飲していましたが、退院後は増量して1日に**アラ善3包、ココリス4本、ベクト10粒**を飲むようにしました。

要介護2の認定を受け、看護師さ

んが毎日様子を見に来てくれましたが、排尿時は自分で尿道にカテーテルを入れなければなりません。3カ月ほどで何とか自然に排尿できるようになりましたが、とても大変でした。

1年後には要介護2から要支援1になりました。週2回のデイサービスで、お花やお茶、脳トレなど楽しくやっています。

ケアマネージャーさんからは「この歳でこんなに元気になる人はまれですよ。悪化する人が大半だから、元気になった姿を見ると本当に嬉しいです」と言っていました。

こんなに早く回復したのもマイクロアルジェ商品、特に**アラ善**のおかげだと感じています。まるで魔法です。

とはいえ最近は気が緩んできて、調子が良い日は飲んだり飲まなかったり…そうこうするうちに膝下の外側の筋肉が痛むようになりました。病院へ行っても異常はないと言われて、薬ももらえません。

しんけいいんせいぼうこう
※**神経因性膀胱**

排尿をコントロールする大脳、脊髄、末梢神経などの障害により、尿を溜めたり出したりする信号をうまく伝えられなくなった状態。膀胱が過敏になって、頻尿や尿失禁を起したり、膀胱が伸び切って排尿できなくなるなどの症状がある。

（参考：順天堂大学医学部HPほか）

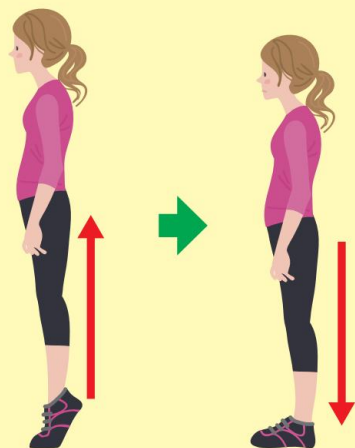
やっぱり頼りになるのはこれしかない、このところ少々適当に飲んでいた**ココリス**と**葛仙舞**を、毎日しっかり飲むようにしました。

併せて、以前いただいたニュースレターなどを読み返し、そこに書かれていた「かかと落とし運動」（右図）を実践。毎日100回を続けていたら、いつの間にか、痛みは消えていました。

やはりコツコツ続けることが健康の秘訣だと、改めて思った次第です。

かかと落とし運動

骨に刺激を与えることで、骨形成を促すホルモンの分泌を促進する運動。



両足を揃えてまっすぐ立ち、ゆっくりかかとを上げてつま先立ちに。

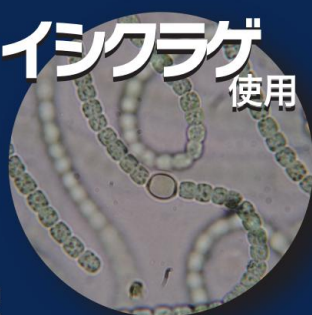
一気にストンとかかとを落とす。刺激が頭に伝わるくらいが効果的。



特許★成分 **イシクラゲ** 使用



★ウロキナーゼ阻害剤
及び血管新生阻害剤



アラ善

アラゼン

日本製

90包入 58,320円（税込）

研究所 イシクラゲ栽培の現場から

便利



マイクロアルジェコーポレーション(株) 代表
MAC 総合研究所所長 竹中 裕行



宮古島のMAC宮古ファームでは、冬期はハプト藻（ココリスの主原料）の培養生産を行っています。今冬も昨年12月からハプト藻の培養を始めています。

一方、昨年6月にイシクラゲ（アラ善と葛仙舞の主原料）の栽培をスタートさせ、その後栽培規模を約5倍に拡張しました（上写真左）。そして、12月にはイシクラゲ栽培の現場を実際に見ていただきたく『MACふるさとツアー宮古島～イシクラゲ栽培を見よう～』を企画実施しました。

当日は地元紙の取材があり、翌日の朝刊に写真とともに記事が掲載されました。

ご見学いただいた夜はホテルアトールエメラルド宮古島でウエルカムパーティーを開催しました。日本学術振興

会特別研究員（福岡大学）の田村卓也先生から「イシクラゲの食文化」についてお話をいただいた後、宮古ファームで栽培したイシクラゲの料理をご堪能いただきました。宮古島出身の総料理長に熟考いただいたイシクラゲ料理の数々（上写真右）に、皆さんが舌鼓を打っていました。

イシクラゲは様々な機能が報告されています。宮古ファームで良質かつ機能性の高いイシクラゲを栽培し、将来は各家庭の食卓に乗る食材にしてゆきたいと考えています。

「マイクロアルジェによる人と社会と地球の健康づくり」の理念の下、これからもマイクロアルジェの応用開発を進めてまいります。

MACふるさと
ツアー宮古島

イシクラゲ栽培を見よう
ツアーレポート



前ページの『研究所便り』と併せてお読みください

昨年12月10日から3日間、沖縄宮古島のMAC宮古ファームにてイシクラゲ栽培見学ツアーが実施されました。



▲初日は早速イシクラゲ栽培場を見学

◀夜はイシクラゲ料理に舌鼓(前ページの料理写真をご覧ください)

▼2日目、3日目は宮古島の観光名所をめぐりました。



いらぶ
伊良部大橋

伊良部島と宮古島を結ぶ日本最長の無料海上橋。ここを渡って伊良部島へ。



さわだ
佐和田の浜(伊良部島)

立ち並ぶ巨岩は1771年の大津波で流されてきたもの。



しもし
通り池(下地島)

2つの池は内部でつながっている。人気のダイビングスポット。



ひがしへんなざき
東平安名崎(宮古島)

日本都市公園百景にも選ばれている宮古島最東端の岬。

伊良部島
下地島

宮古島

東平安名崎

この他にも数カ所を巡り、宮古島の自然と文化を堪能。
“イシクラゲのふるさと”を肌で感じる3日間となりました。



マイクロアルジェ 禅 ゼン
240粒入 ¥21,600



マイクロアルジェ ベクト
240粒入 ¥15,120



アラ善 アラゼン
90包入 ¥58,320



マイクロアルジェ ココリス
100包入 ¥12,960



アップテン
60粒入 ¥9,720



葛仙舞 グルコサミン
1000
300粒入 ¥6,480



サラシアアップ
3粒×50包入 ¥8,640



ミラクルショットS
30パック入 ¥3,780



マイシース スキンケアシリーズ
クレンジングオイル145mL ¥ 4,290
スキンソープ 80g ¥ 3,300
エクストラバイタルエッセンス 30mL ¥11,000
スキンローション 150mL ¥ 5,500
スキンクリーム 30g ¥ 7,700



藻恵美 モエミ
ヘアケアシリーズ
シャンプー 300mL ¥3,300
900mL ¥6,600
詰替用 720mL ¥4,840
トリートメント 300g ¥4,180
900g ¥7,480
詰替用 720g ¥5,720



ノストフランのど飴 大根生姜味
ノストフランはちみつレモン飴
各 15個入 ¥540

マイクロアルジェの**自然**の力で
あなたの**元気**を応援します。

※商品価格はすべて税込です

マイクロアルジェコーポレーション(株)

〒500-8148 岐阜市曙町4-15

FAX 058-248-1820 メール support@mac-bio.co.jp

058-248-1822

0120-48-5504

受付：祝祭日を除く月～金曜日9:00～17:00



公式
サイト



Insta
MAC



Insta
MISHEATH