

# 予防医学指導士のエイジング・ケア実践編

《本商品販売代理店》

ビューティサロン Ceres 秋川 代表 柿沢直美さん

父の日、母の誕生日など外食やお酒をのむ日が続いたにも関わらず、2週間(1日3本を2週間で)で4kg減りました。お腹もペタンコになりました。

※個人の体験であり個人差が有ります。



*Mrs of the year*

2021 Kanagawa ファイナリスト

〔本品4年ご愛用〕

34歳当時

38歳当時

スタート



4年ご愛用



4年後  
約10kg減

34歳当時

ポチャで下腹が出ていました。予防医学指導・ビューティーサロン勤務。ファームントゴールドをスタート。

38歳当時

スッキリしました。若く見られる事が多くなり、推薦されてミセス大会に出場しました。優勝は叶いませんでした。

追跡／そして1年後

2021年10月16日の決勝は、グランプリ(優勝)は、叶いませんでした！



## *Mrs of the year* 大会当日

2021 Kanagawa ファイナリスト 柿沢直美さん

大会当日:2021年10月16日現在

39歳当時



ファイナリストの数名が、  
ファーマントゴールドを食  
べています。

2021 *Mrs of the year* 大会風景



34歳当時より若く見られる事が多く有るそうです



39歳当時

最近  
若く見られる  
事が多くな  
りました

柿沢さん 39歳当時  
本商品4年ご愛用

2021 *Mrs of the year* 大会風景



# 85歳当時、パパイヤ約10年

埼玉県 主婦 女性 85歳

以前は、そんなに健康では有りませんでした。  
ここ10年は、検診も良好で今が一番健康かもしれません。

※個人の体験であり個人差があります。



→何歳に見えますか？

10年間体重も変わりません。  
膝も痛く有りません。



肌年齢70歳、血管年齢67歳  
高齢者の健康診断にて  
医師に褒められます。→

# 血管年齢と肌年齢 (83歳当時)



85歳当時  
走り姿



85歳当時座り姿

83歳当時  
肌年齢 70歳

83歳当時  
血管年齢 67歳

Medical Analyzer  
血管老化度チェックレポート

女性 83歳 脈拍数: 79

あなたの血管年齢は  
**67**歳です。

血管老化偏差値: 35

コメント  
血管が平均よりも著しく弾力性に富んでいる。もし、何か薬を飲んでいらっしゃるなら、あなたによく合っていますね。

平均波形図

弾力性が低い

年齢にふさわしい \*

弾力が高い

2015/ 3/ 5 17:13

Well-Beauty  
肌年齢測定

女性/83歳

あなたの肌年齢は  
**70**歳 (\*^^)v

あなたの肌健康度は  
**A**

Measurement Result

あなたは実年齢よりとても若い肌をされています。現在のスキンケア習慣を続け、これからも美肌を維持しましょう。

●基礎代謝を上げて肌健康度もUP!  
あなたの基礎代謝量は  
**860 kcal**  
1日に必要なカロリーは



# 健康診断表(82歳当時)

## 受診結果通知表

特定健康診査
  健康診査
  生活機能評価

〒35●-0015 埼玉県●●●●●●-12-8 ●●ダ ●●コ 様	生年月日 1932年3月10日	健診年月日 2014年7月4日
性別/年齢 女性 82歳	特定健診(健康診査) 受診券番号 141000●●	

既往歴	その他				
服薬歴	なし	喫煙歴	なし	飲酒	ほとんど飲まない
自覚症状	なし				
他覚症状	なし				

なんと80歳を超えて  
上の血圧が3年連続120

項	目	単位	保健指導判定値	受診勧奨判定値	今回	前回	前々回
					2014年7月4日	2013年7月5日	2012年7月6日
身体計測	身長	cm	—	—	143.1	143.3	144.0
	体重	kg	—	—	39.0	39.0	39.0
	腹囲	cm	女性90以上	—	未実施	未実施	未実施
	BMI	—	25以上	—	19.0	18.9	18.8
血圧	収縮期血圧	mmHg	130以上	140以上	120	120	120
	拡張期血圧	mmHg	85以上	90以上	80	70	72
血中脂質検査	中性脂肪	mg/dl	150以上	300以上	149	122	* 159
	HDLコレステロール	mg/dl	39以下	34以下	* 38	46	40
	LDLコレステロール	mg/dl	120以上	140以上	* 127	** 165	* 138
肝機能検査	GOT(AST)	IU/l	31以上	51以上	* 36	* 36	* 35
	GPT(ALT)	IU/l	31以上	51以上	17	17	18
	γ-GTP	IU/l	51以上	101以上	14	15	14
血糖検査	血糖食後10時間未満	mg/dl	100以上	126以上	90	82	84
	ヘモグロビンA1c(NGSP)	%	5.6以上	6.5以上	5.5	* 5.6	5.5
	ヘモグロビンA1c(JDS)	%	5.2以上	6.1以上	5.1	* 5.2	5.1
尿検査	糖	—	—	(+)以上	(-)	(-)	(-)
	蛋白	—	—	(+)以上	(-)	(-)	(-)
貧血検査	赤血球数	x10000/ U/l	—	女性329以下及び 520以上	413	427	416
	血色素量	g/dl	女性12.0以下	女性11.0以下	12.2	12.3	12.3
	ヘマトクリット値	%	—	女性32.3以下及び 47.0以上	37.3	40.4	39.0

\* 保健指導判定値を超えている値 \*\* 受診勧奨判定値を超えている値

実施医療機関：医療法人社団●●●●●●診療所

# 參考資料



## レスベラトロールで アンチエイジング

**強力な抗酸化力で、病気や老化を引き起こす活性酸素を除去**



レスベラトロールは、長寿遺伝子（サーチュイン）をONの状態にし、細胞の若返り、代謝機能や免疫力向上などに影響して老化現象の進行を阻止し、寿命を延ばします。

くわえてレスベラトロールの持つ強い抗酸化力も、アンチエイジングに大変有効です。老化の要因となる活性酸素を除去し、健康や若々しさを維持するのです。

活性酸素とは、周囲の物質を酸化させ、電子数が変化して不安定になった酸素のこと。糖や脂肪を体内でエネルギーに変換する際や、細菌・ウイルスを排除するときに発生し、細胞を酸化させる（サビさせる）物質です。一つの細胞がサビると、その細胞が次々とまわりの細胞を酸化させ、重要な臓器や皮膚、骨などの組織にダメージを与えます。

シミやシワなど肌の衰え、ガンや動脈硬化、糖尿病など多くの生活習慣病、認知症、白内障といった**重大な病気や老化の発生には、活性酸素が深く関わっています。**

活性酸素は、生体活動のほか、紫外線や排気ガス、タバコ、食品添加物、電磁波、ストレスなどによってもつくられます。レスベラトロールから**天然抗酸化成分を摂取し、活性酸素の除去に努めることが、病気と老化の予防につながっていきます。**



重要

ファーマントゴールドの  
抗酸化能力（SOD活性）酸化ストレス及び活性酸素を  
減少させ抗酸化能力が高い検査結果です

《検査機関：一般財団法人日本食品分析センター》



## 分析試験成績書

第 19104130001-0101 号  
2019年09月18日

依頼者 株式会社 橋フォーサイトグループ

検体名 ファーマントゴールド



2019年09月06日 当センターに提出された上記検体について分析試験した結果は次のとおりです。

### 分析試験結果

分析試験項目	結果	定量下限	注	方法
スーパーオキシド消去活性	$1.4 \times 10^3$ 単位/g	---	1	電子スピン共鳴 (ESR) 法

注1. J. M. McCord及びJ. Fridovichが定義した単位 [J. Biol. Chem., 244, 6049 (1969)] に相当する消去能として。

以上

# 参考資料

青パパイヤ&レスベラトロールの  
ダイエットサポート資料

太り難い体質作りに！

## レスベラトロールの非抗酸化作用について

## Non-antioxidant function of resveratrol

## 1. はじめに

レスベラトロール (resveratrol) とはポリフェノール  
の一種であり、ビタミンCやEと同様に抗酸化作用を  
有することで知られる<sup>1)</sup>。ピーナッツやアーモンドの  
皮部、日本でも北日本を中心として自生しているタデ  
科の多年草であるイタドリなどに比較的多く含まれ  
る。また、レスベラトロールはブドウの果皮にも含ま  
れる。フランス人がチーズやバター、肉などの動物性  
脂肪を多く摂取しているにもかかわらず、動脈硬化や  
心疾患の罹患数が少ないため、フレンチパラドックス  
という造語が90年代初頭に流行した。その結果、赤  
ワインの有効性が指摘され、その後日本でも赤ワイ  
ンブームが到来したことは記憶に新しい。赤ワインが  
体によいと称される理由として、レスベラトロールに  
よる有効性が指摘されている。(なお、現在では心疾患  
の発症率は欧州の周辺諸国とはあまり変化がなく、赤  
ワイン摂取との因果関係はないとの報告もある)。

レスベラトロールには数種類の化合物が存在する  
が、一般的に最も強い抗酸化力を持つとされるのはト  
ランス型体 (3,5,4'-trihydroxy-trans-stilbene, 図1) であ  
り、抗酸化作用以外にも抗動脈硬化、抗炎症作用など  
が報告されている。しかし、ここ10年の研究でト  
ランス型レスベラトロールによる抗肥満作用や寿命延長  
効果に関する報告が相次いでいる。また、筆者は一昨  
年から昨年まで米国留学を行った。その際に気づいた  
ことは、米国において肥満者がとても多く、社会問題  
化しているということであった。そのために、肥満に  
関する研究が様々な分野・領域で行われていた。留学  
先の National Institute on Aging (NIA) においても例外で  
はなく、肥満と寿命に関する研究がレスベラトロール  
を用いて行われていた。そこで本トピックスでは、ビ  
タミンとも非常に作用の類似点が多く、既にサプリ  
メントしても多数販売されているレスベラトロールの抗

酸化以外の効果に関する幾つかの論文を報告する。

2. レスベラトロールによる寿命延長効果につ  
いて

これまでも、出芽酵母、線虫、ショウジョウバエな  
どでは、レスベラトロールが生殖能力に影響を及ぼす  
ことなく寿命延長効果を示すことが知られていた(注:  
酵母の場合は出芽回数が増えたことで寿命が伸びたと  
している)。その効果は、NAD<sup>+</sup>依存性の脱アセチル  
化酵素である sirtuin/Sir2 の活性に依存して生じる。こ  
れまでは乳類においても、カロリー制限を実施すると、  
sirtuin 遺伝子のひとつである SIRT1 (sirtuin (silent mat  
ing type information regulation 2 homolog) 1)<sup>2)</sup> が膵臓の  
β細胞において、グルコース刺激によるインスリン分  
泌の制御や、脂肪や糖の代謝に作用することで寿命延  
長効果を示すことは確認されていた<sup>3)</sup>。2006年に Har  
vard Medical School の David A. Sinclair 博士らと NIA の  
Rafael de Cabo 博士らの共同研究により、カロリー制  
限をしていない動物モデル、つまり高脂肪食添加飼料  
(60%, Fat kcal%) にレスベラトロール (0.04%) を添加  
した食餌を6ヶ月間投与したマウスにおいても抗肥満  
効果を介して寿命延長効果が認められることが示され  
た<sup>4)</sup>(図2)。そのメカニズムとして筆者らは、インス  
リン感受性の増加、insulin-like growth factor-1 (IGF-1)  
の減少および、AMP-activated protein kinase (AMPK) 活  
性、peroxisome proliferator-activated receptor-γ coactiva  
tor 1α (PGC-1α) 活性、ミトコンドリア数などの増加、  
さらには肥満により低下した運動機能の改善効果を明  
らかとした。筆者らは、このレスベラトロールの寿命  
延長効果にはミトコンドリアにおける電子伝達系の機  
能不全を改善することが深く関わっていると明らかに  
した。この点では、レスベラトロールの効果は、肥  
満に伴いミトコンドリアを中心として産生が増加する  
活性酸素に対する抗酸化作用と捉えることもできる。  
いずれにせよ、この結果は、レスベラトロールを摂取  
することで肥満者数が増加している先進国においてカ  
ロリー制限食を実施しないでも体重を減少することが  
可能となること、さらには寿命まで延長することが可  
能であることを示唆している。しかし、この論文が出  
た後に世界中でレスベラトロールによる寿命延長効果

何の努力も無しに瘦  
せると書いてあるみ  
たい？本当ですか？

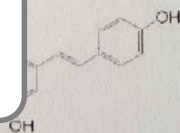


図1 レスベラトロールの構造式

中には、居るかもし  
れませんが、  
多少は、自己努力も  
必要でしょう！

いずれにせよ、この結果は、レスベラトロールを摂取  
することで肥満者数が増加している先進国においてカ  
ロリー制限食を実施しないでも体重を減少することが  
可能となる

鹿兒島大学 石畑名誉教授が、パパイン酵素、ポリフェノール、β-クリプトキサンチン、イソチオシアネートなど、カラダに有効な成分を含むパパイヤの健康食品としての研究を紹介するサイトです。

TOP パパイヤの5大特長 パパイヤのガン治療 パパイヤの調理法 パパイヤ成分表 パパイヤ研究レポート

TOP > パパイヤ研究レポート > 青パパイヤの酵素によるダイエット



#### ■ パパイヤの5大特長

- 1. 美容
- 2. ダイエット
- 3. 抗酸化能
- 4. ガン予防
- 5. 健康維持

#### ■ パパイヤ成分表

- [パパイヤ成分表](#)
- [青パパイヤ成分表](#)

#### ■ パパイヤ研究レポート

- [パパイヤに含まれる酵素の働き](#)
- [青パパイヤの酵素によるダイエット](#)
- [パパイヤに赤ワインの約7.5倍ものポリフェノール](#)
- [パパイヤのメタボ予防から発ガン抑制まで「β-クリプトキサンチン」](#)
- [抗酸化作用、発がん抑制作用イソチオシアネート](#)
- [マカに含まれる滋養強壮成分ベンジルグルコシノレートがパパイヤにも](#)

## III パパイヤ研究レポート

### 2. 青パパイヤの酵素によるダイエット効果

酵素が多いといわれる南国の果物の中で最も酵素が多い青パパイヤ。ダイエット食品として注目されています。

#### ■ 肥満の原因

酵素が不足すると肥満を招く私たちは毎日の食べ物から栄養を摂り、身体のエネルギー源にしています。このとき食べ物を消化・吸収したり、吸収した栄養をエネルギーに変えたりするのが「酵素」です。酵素は、消化酵素と代謝酵素に分けられ、消化酵素は食べ物の消化・吸収を助ける酵素で、代謝酵素はエネルギーの燃焼を促す酵素です。体内では、消化酵素と代謝酵素を合わせ、一定量しか作られないようになっています。食べ過ぎなどによって消化酵素が大量に消費されると、体内で作られる酵素の大半が消化酵素となり、代謝酵素が急激に不足します。その結果、身体に様々な悪影響が現れるのです。代謝酵素の不足で起こる悪影響のうち、もっとも大きな問題となっているのが肥満です。代謝酵素が不足すると、体内に吸収された三大栄養素のタンパク質・糖質・脂質などが燃やされず、余分な体脂肪となって蓄積されます。これが肥満の原因です。

#### ■ 豊富な食物酵素

青パパイヤに含まれる酵素は脂肪や糖を燃やして体重を減らす。パパイヤは、酵素が豊富なことで知られています。食べ物を食べると、体内にある消化酵素が消費されます。消化酵素が不足すると、脂肪や糖などをエネルギーに変える代謝酵素が不足するため、体脂肪がたまりやすくなります。体内の酵素不足を解消し、肥満しにくい身体を作るには食物酵素を積極的に摂るようにすることが重要です。パパイヤには、三大栄養素を分解する食物酵素がすべて、しかも豊富に含まれているのです。ですからパパイヤは、ほかの食品に比べても消化酵素の使われ方がはるかに効率的で、消化酵素が節約できた分だけ代謝酵素の働きが高まり、体脂肪も早く燃焼されるようになるのです。

食物酵素が豊富なパパイヤ（青パパイヤやパパイヤ葉）を、ぜひ毎日摂取し、肥満防止やダイエットなどに役立ててください。

代謝酵素が減るのは、体は、消化酵素を優先するからなんです！

そうです。通常の植物類は、一つの消化酵素しか持たない物が殆どですが、青パパイヤは、三大栄養分解酵素の全てを含み、そして豊富に含んでいる希少な植物なんです。なので、ダイエットにもチカラ強いのです。

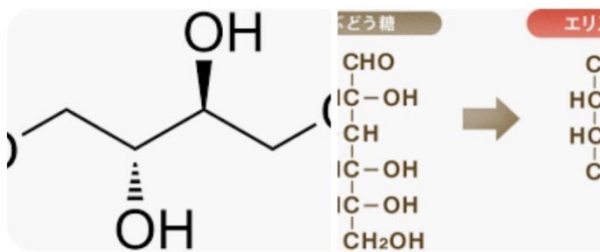
注目

甘いものが全て高カロリーだと思いませんか？

甘くても**カロリーがほぼゼロの糖質が存在します。**

それは、エリスリトールと言うもので、果実とブドウ糖（デキストロース）を発酵して作られます。この糖質は、世界60か国及びWHO関連機関や日本でも厚生労働省が承認しているカロリーが、**ほぼゼロの糖質**です。

エリスリトール エリトリトール



※ウィキペディアより参照

エリトリトール または エリスリトール とはメロン、ブドウや梨などの果実や醤油・味噌・清酒などの発酵食品に含まれている天然の糖アルコールで希少糖の一つに分類される。ブドウ糖を発酵させることにより作られる。非う蝕性の甘味料でありながらカロリーがほとんど無いことからダイエット甘味料として利用されている。 [ウィキペディア](#)

化学式：C<sub>4</sub>H<sub>10</sub>O<sub>4</sub>

ファームメントゴールドは、果実（青パイヤ）とブドウ糖（デキストロース）の発酵にて製造されている為、エリスリトールと同じ発酵工程です。  
甘さや血糖値を気にせずお召し上がり頂けます。