厳しい条件を満たす「パーフェクトオイル」

1 最高等級の亜麻を使用
～厳しく管理されて栽培された安心安全の保証です～

2 低温圧搾＆未精製
～低温で圧搾されていますのでトランス脂肪酸を含みません～

3 黒ガラスボトル
～太陽光・蛍光灯などの光から油を守ります。･･･油は光で酸化してしまいます～

4 有機ＪＡＳ認定
～無農薬・有機栽培（オーガニック）で作られていますので農薬の心配がありません～

各種オイルのこだわり

- 発注後、圧搾開始
- 生産管理（プレス・ろ過・検査・充填・出荷）
- 輸送ルートの厳選
- 夏場輸入中止（輸送中高温になる可能性があるため、6月～9月の輸入は避けています）

発注 ▸▸ 圧搾開始 ▸▸ 濾過開始 ▸▸ 検査 ▸▸ 充填作業 ▸▸ 検査 ▸▸ 梱包作業 ▸▸ 出荷作業 ▸▸ 現地工場 ▸▸ 現地港 ▸▸ 日本

販売者　株式会社 ニュー・サイエンス　京都市中京区釜座通三条上ル突抜町809番地

カナダ産有機亜麻仁油

～広大な亜麻畑より～

JAS OCIA　Pro-Cert ORGANIC　有機ＪＡＳ認定

大さじ1杯（約15ml）に
オメガ-3脂肪酸が
約８０００ｍｇ
含まれています。

加熱せず
「フレッシュ」で
直接または、加熱しない料理
（ドレッシング等）にお使いください
他にも･･･納豆に混ぜて・パンにつけて
（焼いたパンにつけても栄養素は失われません）

カナダ産有機亜麻仁油
容量370ml(345g)
価格4,104円（税込）本体価格3,800円

カナダ産有機亜麻仁油小ボトル
容量200ml(185g)
価格2,646円（税込）本体価格2,450円

パーフェクトポイント

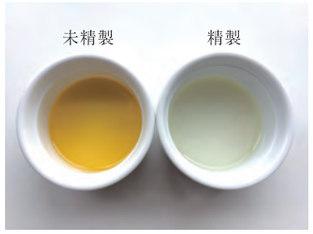
★最高等級のもの

カナダ アルバーター州はロッキー山脈の存在により海から遠く、雨量より積雪量が多い地域の為、土壌の養分が外へと流れ出るのを防ぎ**常に土地が肥えている**状態を保ちます。この**北緯50度付近で育つ亜麻**は貴重で、品質が良いと世界から注目を浴びています。弊社はその地域で育った厳選亜麻仁を使用。
その貴重な亜麻仁を**熟練のプレスマスターが慎重かつ丁寧に圧搾**し、ろ過工程が落ち着くまで**24時間体制で管理**。また光・酸素になるべく触れさせない工程を経て**国産特注ガラス瓶**にボトリングします。
その後、徹底管理されたルートを利用し皆さまの元へ美味しいオイルをお届けします。

★低温圧搾（コールドプレス）

亜麻仁油は、亜麻の実を搾って作られます。搾油方法は何種類かあり、搾油率を上げるために高温で加熱する方法や、化学溶剤で抽出する方法などがあります。
しかし、もともと酸化しやすい亜麻仁油が高温に曝されるということは、過酸化脂質が増えたり、トランス脂肪酸が発生するなど、体に害を与えるリスクが高くなってしまいます。
最も良い搾油方法は低温圧搾(コールドプレス)です。

★未精製



※未精製と精製された亜麻仁油の違い

未精製のものは亜麻仁油が本来持っている栄養素を十分に摂取することができます。
未精製の亜麻仁油は高級感あふれる黄金色をしています（右図）。
では、なぜ精製したものがあるかというと、亜麻仁油独特のクセを消すためです。
しかし、精製する過程で体に害のある化学溶剤を使用する他、酸化してしまいます。
低温圧搾（コールドプレス）だけでなく「未精製」であることが重要なのです。

★有機JAS認定

有機JAS認定は、農薬や化学肥料を使わず、さらに土づくりにまでこだわった土地で生産されたものに限り、付けることができます。
安心・安全の指標です。

★黒ガラスボトル（遮光）

油は光で酸化してしまいます。黒のボトルは太陽光・蛍光灯などから守ります。
さらに、ボトル容量いっぱいに充填することで、ボトル内の揺れを抑え、酸化を防ぎます。
特に亜麻仁油は酸化されやすい油です。
透明容器に入った亜麻仁油では、酸化されていないか心配です。

徹底的に油の劣化を防ぐ（光から守る）

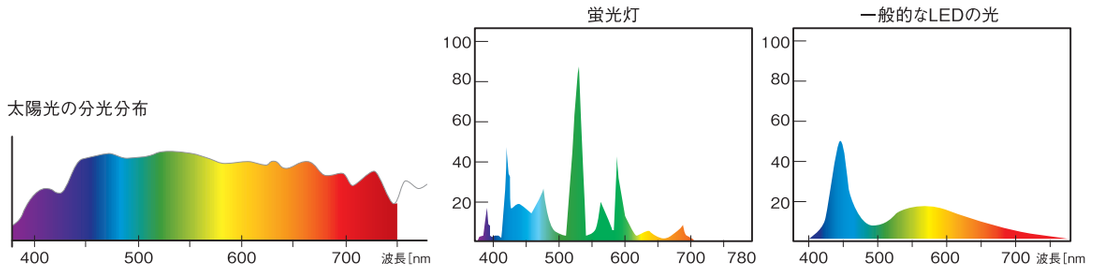
黒ガラスボトル（完全遮光）

太陽光のみならず、蛍光灯の光でも油は酸化してしまいます。特に亜麻仁油の主成分であるオメガ3脂肪酸は酸化しやすい油です。透明ボトルに特殊な加工**「黒フロスト調塗装加工」**を施し、完全遮光のボトルが完成します。

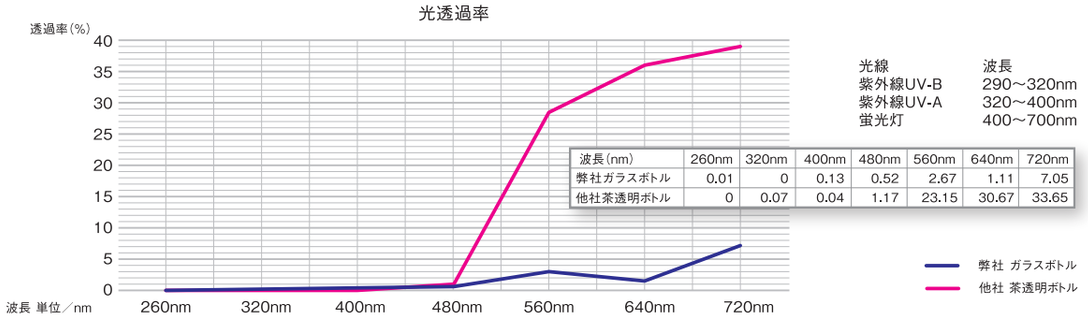
340～460nm（食用オイルが劣化する波長）の光を遮光する

清酒やビールにはよく茶色のビンが使用されています。これは光による変質を防ぐためですが、食品や飲料はそれぞれ影響を受ける波長が異なります。油の場合は340～460nmの波長に強く影響を受けてしまいます（酸化される）

***太陽光*はもちろん、*蛍光灯やLEDの光*でも**
***亜麻仁油*は*酸化*してしまいます**



※店内陳列時の劣化に注意



波長(nm)	260nm	320nm	400nm	480nm	560nm	640nm	720nm
弊社ガラスボトル	0.01	0	0.13	0.52	2.67	1.11	7.05
他社茶透明ボトル	0	0.07	0.04	1.17	23.15	30.67	33.65

カナダ産有機亜麻仁油のボトルは
340～460nmの光を99.79～99.92%カットします

有機亜麻仁油（カナダ産）

現代人の食生活に不足しがちなオメガ3脂肪酸！

～広大な亜麻畑より～

JAS OCIA　Pro-Cert ORGANIC

★ 有機ＪＡＳ認定

有機農法、完全無農薬で育てたフラックス（亜麻）の名産地カナダ・アルバーター州の
ゴールデンフラックスシードを低温圧搾抽出し、未精製はもちろんのこと
高級感あふれる黒ガラスボトルで紫外線を100%カットします。

**大さじ１杯（約１５ml）に
オメガ-３脂肪酸が約８０００mg
含まれています。**

なるべく加熱せず「フレッシュ」で

直接または、加熱しない料理（ドレッシング等）にお使いください

他にも・・・納豆に混ぜて・パンにつけて
（焼いたパンにつけても栄養素は失われません）

370ml 4,104円（税込）

とにかくフラックスオイルを摂ろう！

フラックスオイルがなによりも素晴らしいのは、オメガ3のアルファーリノレン酸がずば抜けて豊富に含まれていることです。家庭で一般的に用いられている植物油にはオメガ6が1～75%含まれているのに対し、オメガ3は1～10%程度しかありません。しかしフラックスオイルには、良質なものではオメガ3が60%含まれており、オメガ6との比率が一般的な植物油とは正反対になっているのです。極端にオメガ6に偏っている現代人には、まさに薬のような食べ物です。これだけ高濃度にオメガ3が含まれている油はほかにはないでしょう。とにかくフレッシュなフラックスオイルを毎日摂ってください。15グラム（スプーン1～2杯）を目安にするとよいでしょう。私は、納豆に混ぜたり、サラダにかけるなどして食べています。また、寝る前にも、スプーン1杯のフラックスオイルをそのまま飲みます。みなさんも、ぜひ飲んでみてください。「フレッシュな本物の油とは、こんなにもサラッとして風味があるものなのか」と、きっと感激するでしょう。香ばしくて、おいしくいただけますよ。

フラックスオイルは、自然食品店やインターネットなどで購入できます。種類はいろいろありますが、未精製のコールドプレスで光を通さない遮光瓶に入っているオーガニックのものを選ぶようにしてください。

なかでも平均気温の低いカナダ北部で栽培されたフラックスオイルは、ハーブ性に富み、ビタミンも豊富で、オメガ3のアルファーリノレン酸を多量に含有するため、世界中で約200種類あるフラックスオイルの中でも品質が最良といわれています。 なお、最近では、フラックスオイルと同じぐらいアルファーリノレン酸が豊富なシソ油やえごま油も注目されはじめ、スーパーマーケットにも陳列されていますが、これらは透明な容器に入っているものが多く、農薬の使用状況なども不安な点があるため、あまりおすすめできません。 また、フラックスオイルを保存するときは必ず冷蔵庫に入れるようにしましょう。常温では劣化しやすいためです。

『病気がイヤなら「油」を変えなさい！』（P.154～158より抜粋）杏林予防医学研究所所長 山田豊文著　河出書房新社

なぜ最高のフラックスオイルといえるのか？

① 低温圧搾未精製（ていおんあっさくみせいせい）

～低温で圧搾されていますのでトランス脂肪酸を含みません～

② 黒ガラスボトル（遮光瓶）

～太陽光・蛍光灯などの光から油を守ります。…油は光で酸化してしまいます～

③ 有機ＪＡＳ認定

～無農薬・有機栽培（オーガニック）で作られていますので農薬の心配がありません～

■販売者　株式会社 ニュー・サイエンス　京都市中京区釜座通三条上ル突抜町809番地

脂肪の通信簿

アトピーのための食事療法(斉岡明子著)より

	動物性脂肪	植物性脂肪			魚の脂肪
		オメガ3	オメガ6	オメガ9	
		高α-リノレン酸油	高リノール酸油	高オレイン酸油	
	バター ラード	アマニ油 シソ油	サフラワー油 コーン油	オリーブ油 キャノーラ油	EPA DHA
酸化しやすさ	◎ 酸化しない 加熱処理には適している	× 酸化しやすい	× 酸化しやすい	◎ 酸化しにくい 加熱処理には適している	× 酸化しやすい
循環器への影響	× 血中LDL値を高める	◎ 血液の粘度を下げる	× HDL値を下げる	◎ LDL値を下げる	◎ 血液の粘度を下げる
がんへの影響	× 発がんプロモーターとなる	○ 特に影響なし	× 発がんプロモーターとなる	○ 特に影響なし	○ 特に影響なし
アレルギーへの影響	○ 特に影響なし	◎ 免疫の機能を高める	× 免疫を弱める	○ 特に影響なし	◎ 免疫の機能を高める
総合評価	× とり過ぎに注意	◎ 酸化に注意して，積極的にとりましょう	× とり過ぎに注意	◎ 加熱用に利用しましょう	◎ 酸化に注意して，積極的にとりましょう

●パンとアマニ油●

(20ページ参照)

材　料

・パン
・アマニ油　適宜

作り方

トーストしたパンを，お皿に入れたアマニ油をつけながら食す。

ワンポイント

※アマニ油とオリーブオイルを皿で半々に混ぜ合わせてもよいでしょう。
※アマニ油にきざみくるみを混ぜて，軽く焼いたフランスパンにのせて食するのもおいしいです。

●ごはんに納豆とアマニ油●

材　料

・ごはん　・納豆 1パック
・アマニ油 小さじ1／2
・しょうゆ 少々　・緑茶ふりかけ 適量

作り方

納豆にアマニ油としょうゆを混ぜる。

ワンポイント

※緑茶ふりかけはマンガン含有量が豊富です。活性酸素の消去に必須です。
※緑茶ふりかけに，もみのりやねぎを加えると必須ミネラルは万全です。
※冷凍庫に保存してください。

緑茶ふりかけの作り方

①緑茶（煎茶）約1／2カップ弱をザルに入れ，湯をかける（2回）。
②ペーパータオルで軽く水分を取り，風通しの良いところで陰干し，または冷蔵庫で乾燥させる（天日干しをすると色が変わります）。
③ミキサーまたはフードカッターで細かくする。

●ドレッシング●

◆アマニ油ドレッシング

(20，21ページ参照)

材料：
・オリーブオイル 大さじ3
・アマニ油 大さじ1
・レモン汁 大さじ2
・塩・こしょう 少々
作り方：
材料をすべて混ぜ合わせる。

◆オニオンドレッシング

材料：
・オリーブオイル 25cc
・アマニ油 25cc
・酢 1／4カップ
・塩・こしょう 少々
・玉ねぎ 1／8個
・練りからし 小さじ1／2
作り方：
玉ねぎはすりおろし，材料をすべて混ぜ合わせる。

◆ゴマドレッシング

材料：
・すりごま 約1／3カップ
・アマニ油 大さじ3~4
・玄米酢またはりんご酢 1／4カップ
・塩・こしょう 少々
作り方：
材料をすべて混ぜ合わせる。

◆しょうゆドレッシング

材料：
・玄米酢またはりんご酢 1／4カップ
・しょうゆ 大さじ1.5
・プルーンエキス 大さじ1~2
・アマニ油 大さじ2
作り方：
ボールに入れ泡立て器で混ぜる。

ワンポイント

※アマニ油とプルーンエキスの甘みでひと味ちがうドレッシングになります。大人の場合はこれに辛子やにんにくを少し使うとよいでしょう。
※オリーブオイルはエキストラバージンオリーブオイルがおすすめです。
※ドレッシングは1回ぐらいで使いきるようにしましょう。