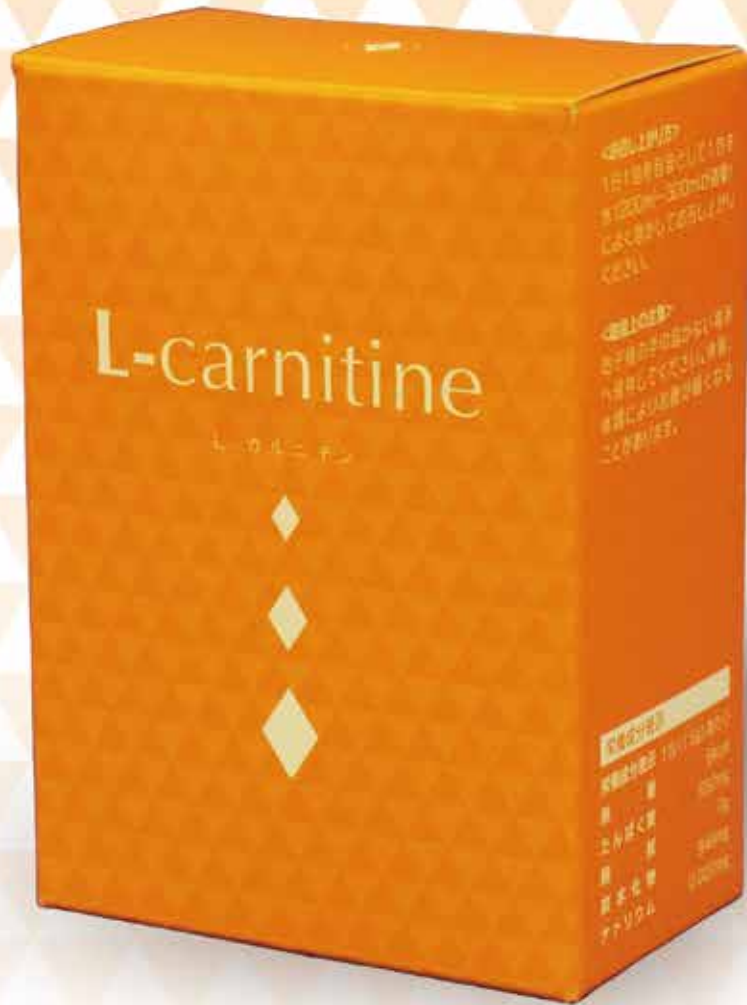


加齢に伴って減少するカルニチンは  
三トコンドリアにかかせない



# L-carnitine

L-カルニチン



1包あたり カルニチン1,000mg含有



お召し上がり方

1日に1包を目安として、1包を水(200~300mlが適量)によく溶かしてお召し上がりください。

取扱上の注意

お子様の手の届かない場所へ保存してください。体質、体調によりお腹がゆるくなることがあります。

栄養成分表示

1包(1.5g)あたり

熱量…6kcal たんぱく質…552mg 脂質…0g  
炭水化物…946mg 食塩相当量…0.0g

名称:L-カルニチン含有加工食品 原材料名:L-カルニチン酒石酸塩 内容量:45g(1.5g×30包)

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る突抜町809番地 本体価格¥4,400(税込4,752円)



NU SCIENCE



# L-カルニチンについて

## ◆ニュー・サイエンスのL-カルニチンの特徴

原材料はL-カルニチン酒石酸塩で1包(1.5g)の中に68%(1020mg)のL-カルニチンが含まれています。酒石酸をカルニチンに結びつける事で、カルニチンが安定され水分を吸って変性してしまうのを防ぎます。また、酒石酸塩とは、乳酸や酢酸と似ており、酸味があり、他との相性が良いため、使用しています。化学合成ではなく微生物を使って作り出すという点で自然のものと言えます。

## ◆他社のL-カルニチンとの比較

一般的に使用されるL-カルニチンフマル酸塩はL-カルニチン含有率は56.5%~60.5%です。弊社の原材料であるL-カルニチン酒石酸塩(68%)と比較するとL-カルニチン含有量は減ります。効率よく摂取して頂くためにはL-カルニチン酒石酸塩がおすすめです。

## ◆摂取について

L-カルニチンは残念ながら通常の食事からは十分に摂ることは難しいといわれています(日本人平均1日あたり75mg)。その点からも、サプリメントで補うことが重要となります。

## ◆摂取量

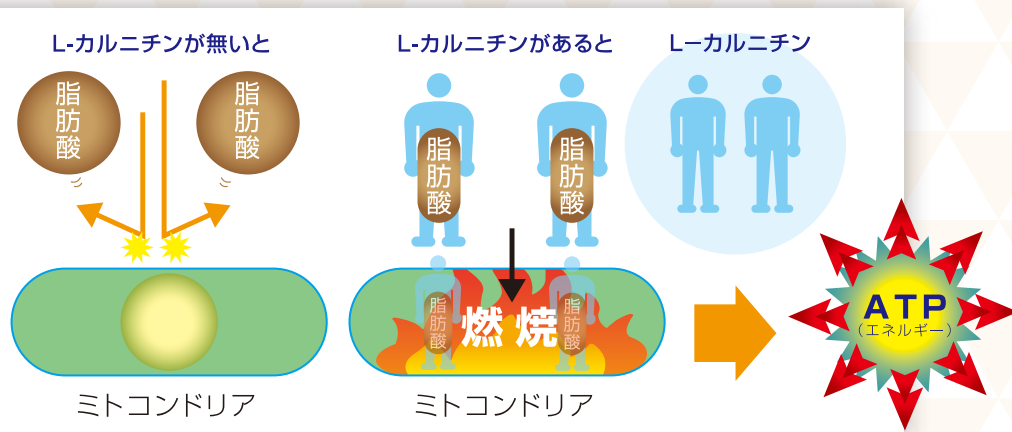
L-カルニチンは食品素材として非常に安全性が高いといわれています。摂取量について一度に大量摂取しても余剰分は尿中に排泄されます。そのため、安全性の高い栄養素ですが多く摂ったらよいというものではありません。大切なことは、継続的に摂っていただくことです。摂取量は1日1包をお薦めしております。

## ◆運動で燃焼体質

2005年に発表された研究論文によると、スポーツをしない人に比べ、スポーツをしながらL-カルニチンを摂取するの方が「体内でL-カルニチンがより働きやすい体質になり燃焼も促進されやすくなる」ことが示唆されています。

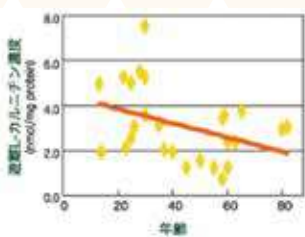
## ◆L-カルニチンの働き

「ミトコンドリア」は、体の細胞中にあり、エネルギーを製造しています。摂取した脂肪はミトコンドリア内で燃やされることで エネルギーとなります。脂肪は体内で酵素(リパーゼ)の作用で「脂肪酸」と「グリセリン」に分解され、脂肪酸はエネルギーとなるためにミトコンドリア内に入ろうとします。そのときにL-カルニチンがなければミトコンドリア内には入れず、燃焼されないまま、脂肪としてたくわえられてしまうのです。(下図)



## ご高齢の方にも

年齢別の筋肉中L-カルニチン濃度



(Costelliら 1989)

**L-カルニチンは  
年齢とともに  
減少します。  
積極的に補う  
必要があります。**