

食べてもやせる! 男の食事術

Health for **MEN**

日経ヘルス for MEN 特別編集
日経ホームマガジン 定価 680円



必読! 腹の脂肪を今すぐ落とす「ダイエットBest7」



赤ワインやブドウから 抽出する天然の抗酸化成分

レスベラトロール

赤ワイン、ブドウの新芽や果皮などに含まれるポリフェノールで高い抗酸化作用を持ち、血中コレステロールや脂肪の蓄積を抑える働きがある。動脈硬化の抑制や眼病予防効果の報告もある。欧米で注目される。

左から、「アクアレスベラハイブリッド60」1日分2粒。糖分子を結合、水溶化させて吸収率を高めている。60粒、1万8900円。問/クラウディア ☎03-3443-8681
「Rhe20」1日分3粒にレスベラトロールを3.6mg配合。油溶化させて吸収率をアップ。90粒、7980円。問/生活美学 ☎0120-670-210 「レスベラトロール+赤ワイン1000倍濃縮エキス」吸収率を高めた水溶性のレスベラトロールを含む発芽ブドウ種子エキス。90カプセル、オープン価格。問/ドクターズチョイス ☎0120-366146 「レスベラトロール20%プラス」レスベラトロールを1日分3粒に約4mg含有。吸収力を高めるポリフェノール成分・ケルセチン配合。90粒、3990円。問/乃木生薬研究所 ☎0120-411-409
ドクタータイラ レスベラトロール」赤ワインからアルコールと水により抽出したレスベラトロールを1粒に12.5mg配合。60粒、8925円。問/バイオリック販売 ☎06-6120-1508