

またのもて NO.55

聖火ランナーがノマタ酒店の前を通過！！



いつもありがとうございます！ノマタ酒店 五十嵐竜太です。6月3日に柏崎市にて、【聖火リレー】が行われました。聖火リレーのルートは、当店を通ることが事前にわかっていました。多分、一生に一度しかないであろうこんな素晴らしい機会を逃さないように準備をしてスタンバイ！当日はドキドキしながらランナーを店の前で待っていました。



次々とスポンサーの大型車が通って行きました。そしてついに！！

おー、ワゴン車の背後にランナーいます！



聖火ランナーがノマタ酒店の前を



通過しましたー



やりました！聖火ランナーは雨の中、笑顔で通過して行きました。感動しました。ありがとうございます！いやー、久しぶりに柏崎が盛り上がったような気がします。コロナ禍でイベントなかったですし、ホントよかったです。

オリンピック無事に開催されたら、テレビの前に美味しいお酒用意して、日本選手たちを応援したいと思います！ 「がんばれ、ニッポン！！」

日本酒のアミノ酸力パワーで病気を防ぐ！

これからも健康にお酒を愉しんでいただけるように、【医者が教える 体にいい酒の飲み方】という本の中から“健康に飲むための情報”をご紹介します。今回は、日本酒のアミノ酸力です。



ノマタ酒店 〒945-0066 新潟県柏崎市西本町2-6-21

お客様専用：0120-971-743 ☎0257-222219 fax0257-24-8707

裏面へどうぞ



日本酒のアミノ酸^{パワー}力で病気を防ぐ！

“糖質が多いから避ける”はもう古い！

◎酒類内ダントツ1位の含有量を誇る日本酒のアミノ酸が体内で大活躍！

日本酒は米を原料とする醸造酒なので蒸留酒に比べると糖質が多く、ひと昔前は敬遠されがちでした。しかし、近年の日本酒ブームのおかげで日本酒愛好家が増え、日本酒の健康効果についても注目が集まっています。日本酒にはアルコール分以外に、アミノ酸、アミン、有機酸、糖類、ビタミンなど120種類以上の栄養成分が含まれていますが、注目すべき健康ポイントはなんといってもアミノ酸の含有量の豊富さ。同じ醸造酒であるビールやワインと比較してもダントツの1位です（ちなみに糖質ゼロの蒸留酒はアミノ酸含量もゼロかごく微量）。

<p>グルタミン 非必須アミノ酸。骨格筋の遊離アミノ酸の60%を含有。免疫機能の維持・改善、体力消耗時に抑えられている感染抵抗力を回復させる。</p>	<p>ロイシン 必須アミノ酸。筋肉や肝臓機能を強化。</p>	<p>リジン 必須アミノ酸。解毒作用があり、筋たんぱく質の分解を抑制。</p>	<p>バリン 必須アミノ酸。筋肉や肝臓機能を強化。</p>
	<p>アルギニン 非必須アミノ酸。内分泌系(免疫機能)と循環器系(生理機能)に関与し、成長ホルモンの分泌を促進させる。</p>	<p>ポロリン 非必須アミノ酸。コラーゲンの必須成分。</p>	<p>アラニン 非必須アミノ酸。運動時に必要に応じてエネルギー源として利用され、免疫機能を高める。</p>

◎日本酒に含まれる主なアミノ酸とその働き

アラニン&グルタミンはアルコールの代謝も改善！
アラニンとグルタミンは党を新たに湯線り出す際、NDAHというアルコール分解過程で作られる物質を消費します。その結果、肝臓でのアルコール分解効率上がるのです。

人体の構成要素の約20%を占めるタンパク質は、20種類のアミノ酸を有しています。アミノ酸は体内で合成できない必須アミノ酸と、体内で合成される非必須アミノ酸に大別れ、前者は食物から摂取する必要があります。日本酒に含まれる主なアミノ酸のうち、ロイシン、リジン、バリンが必須アミノ酸で、グルタミン、プロリン、アラニン、アルギニン、が非必須アミノ酸です。日本酒中の各種アミノ酸は体内に摂取されると、免疫機能の維持・改善や成長ホルモンの分泌・促進、運動時のエネルギー源など様々な働きをします。

それだけではありません。日本酒中のアミノ酸は糖尿病や動脈硬化、心臓病といった生活習慣病全般を予防する効果が期待できるのです。例えば、日本酒から発見された活性ペプチドは2種類以上のアミノ酸が結合した成分で、糖尿病患者のインスリンの効きめを高め、高血圧や動脈硬化などの心疾患のリスクを軽減させる働きがあります。そのほか、老人性認知症の学習・記憶力の改善、がん細胞の増殖の抑制、骨粗しょう症の予防といった効果があるとも言われています。

日本酒の活性ペプチドが動脈硬化を予防

活性ペプチドとは・・・

アミノ酸が2種類以上結合した成分

糖尿病患者のインスリン効果を高める

高血圧や動脈硬化などの心疾患のリスク軽減

◎がん、認知症、骨粗しょう症にも有効

	<p>ノマタ酒店 〒945-0066 新潟県柏崎市西本町2-6-21 お客様専用：0120-971-743 ☎0257-222219 fax0257-24-8707</p>
--	--