



あなたの未来を守るライフスタイル情報誌

乳酸菌 PRESS 2018 NO. 17



INDEX

NEWS 01 湖池屋ヘルスケアショップ新商品
「しあわせのクリームレーズンサンド」予約開始のご案内 P.1
NEWS 02 LS1 アンバサダー・塚原トレーナーレポート P.2 P.3

NEWS 03 あなたの未来を守る豆知識 P.4
NEWS 04 「LS1 ポイント」キャンペーン再開のお知らせ P.4

いつまでもおいしくお菓子を食べられる健康を
しあわせの
クリームレーズンサンド

人生100年
時代に!

湖池屋オンライン
1,000 箱限定
1 箱 8 枚入り
¥1,998 (税込・送料別)

健康成分ケストース配合



日本プロバイオティクス学会理事長
医学博士 古賀 泰裕教授

スナック菓子メーカーの湖池屋が、おいしいお菓子作りの技術と、皆様の健康を考えた素材とを融合し、新たに開発した新しい健康食品です。「おいしく食べて、強くなる」“健康成分”ケストースを配合し、“5つのしあわせ”を皆様へお届けしたい、という想いで開発しました。

乳酸菌 LS1 の発見者でもある東海大学医学部 古賀教授との共同研究から生まれたクリームレーズンサンド

湖池屋ヘルスケアショップ新商品 「しあわせのクリームレーズンサンド」 予約開始のご案内

こんな方にオススメ!

- 健康が気になるが、おいしいお菓子も楽しみたい方
- 毎日、少しずつでも「強く」していきたい方
- 濃厚クリームのレーズンサンドが好きな方

健康成分「ケストース」5つのしあわせ

- 1 腸内環境を整える「有益菌」にダイレクトに届きます。
- 2 砂糖に似た甘みを持ちますが、カロリーは約半分!
- 3 「第3の善玉菌」と言われる酪酸産生菌を増やす効果があり、腸内のバランスに働きかけます。
- 4 乳酸、酢酸、酪酸といった「有機酸」を増やす働きがあります。
- 5 おいしく食べながら健康で豊かな生活をサポートします。



歯ごたえが良い、サクサクの食感にこだわり、こんがり焼き上げたビスケット

健康成分・ケストースを1日の推奨量(3g/枚)配合

やや小粒にした食べやすいレーズンの絶妙な組み合わせ

濃厚でなめらかなたっぷりのクリーム

1,000 箱
限定

ごくわずかしか摂れない「希少糖・ケストース」を使用した、湖池屋ヘルスケアショップでの期間・数量限定商品となります。

<乳酸菌LS1定期購入者限定!>
2018年7月以降の定期商品お届け時に使える
500円OFFクーポンをプレゼント!

【お申し込み専用 HP はこちら】 <http://ls1.koikeya.co.jp/shop/pages/cream.aspx>

TEL : 0120-749-418 (9:00-21:00 土日・祝日を除く) メール: ls1shop@koikeya.co.jp

6月7日より、HP・お電話にて先行予約開始(販売予定数量に達し次第、締切となります)





1 2 3 躍動する徳栄の選手たち。連日、驚異的な粘りで大きなビハインドを追いつく 4 春のセンバツ甲子園ベスト4の強豪・東海大相模へ全力でぶつかった 5 屈指の強豪対決は熾烈な勝負となり、最後はサヨナラホームランでの幕切れとなった



惜しくも2回戦で東海大相模にサヨナラで敗退した徳栄ナイン。本番の夏での勝利を皆で誓った



花咲徳栄高校・岩井隆監督

「夏」のためにも、春は投手陣の整備が課題。ここからは競争になる」と岩井監督。主将・野村は「甲子園に全員で優勝旗を返しに行きたい」と、決意を語った。夏の甲子園連覇がかかる北埼玉大会は、7月7日に開幕する。

LS1 アンバサダー・塚原トレーナーとともに、再び全国の頂点へ

「夏の甲子園100回記念大会での連覇」という目標に向かう塚原トレーナー、そして新戦力となる新入部員1年生を迎え入れた花咲徳栄の選手たち全員を、湖池屋はこれからも支援していきます。

湖池屋 ダイレクトマーケティング部 青島 健二

「勝負の分かれ目」は様々な局面でやってくるものだが、やはり「コンディション」がプレーや勝敗に大きく影響することは言うまでもなく、高校野球も例外ではない。塚原トレーナーの指導の下、昨夏の優勝を経験した主将の野村選手などは、成功も失敗も経験し、その大切さを実感しているであろう。

また、14日間に渡る夏の甲子園での来場者数は10年連続で80万人を越え、昨年は過去最高の82万7千人が甲子園に足を運んだ。NHKでの中継放送は、昨年の決勝カード（花咲徳栄×広陵）での最高視聴率が17.1%、瞬間最高視聴率で22.0%という高い注目を集めた。

高校野球、そして夏の甲子園。今年は100回記念大会という節目でもあり、俄然注目を集めている。昨年の99回大会は全国の3839校が地方大会での予選に参加し、16万人以上といわれる高校生球児が切磋琢磨し、頂点を目指した。昨年、その頂点に立ったのが花咲徳栄高校（埼玉県勢・初優勝）であった。地方大会から甲子園の決勝まで、灼熱の7・8月に1度も負けることなく、全国制覇するのは至難の業であり、数々の強豪チームがそれに挑戦しながら「あと1歩の壁」に跳ね返されている（参加校が多い都道府県は12〜13連勝が必要となる）。



今春、入学した新入部員（1年生：総勢52名）への湖池屋による「口腔ケア勉強会」の様子。口腔内ケアに関する多くの質問があり、1年生ながら予防に対する強い自覚と向上心を感じた



LS1を手先に選手たちにコンディショニングに関する指導をする塚原トレーナー。常に「目的」を説明しながら選手たちへわかりやすくレクチャーしていくのが印象的



昨年、埼玉県勢で初の選手権制覇を成し遂げた花咲徳栄ナイン

乳酸菌LS1アンバサダー・塚原トレーナーレポート 「2018夏の甲子園100回記念大会での連覇」へ②

花咲徳栄高校 収穫と課題の春季関東大会を終える

全国屈指の高校野球の強豪校で指導をしている塚原トレーナー。昨年まで4年連続で指導しているチームを甲子園へ導いており、勝つためのコンディショニング、トレーニングを実践されています。新たな観点で口腔ケアも取り入れ、乳酸菌LS1を用いて、日々指導をされています。口腔ケアを推進している競技スポーツ選手の声やデータをレポートするコーナー、今回はNo.14の特集に続き、埼玉県の花咲徳栄高校硬式野球部・第2弾です。

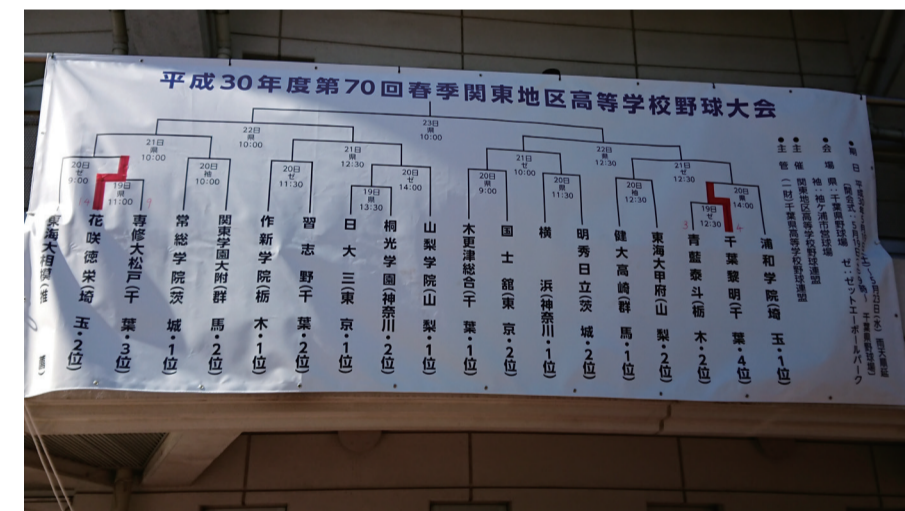


指導する花咲徳栄高校での甲子園連覇を目指す塚原トレーナー



第70回春季関東大会へ埼玉県代表として出場した花咲徳栄ナイン

～夏の選手権大会へ向けて～ 収穫と課題のあった第70回春季関東大会



関東1都6県の強豪校が開催地の千葉に集結。連日、屈指の好カードが繰り広げられた

春季埼玉県大会5試合で60得点を挙げた強打線を武器に、春季関東大会に勝ち進んだ花咲徳栄高校。夏の選手権大会に向けて、収穫と課題の両面を手にした戦いとなった。専大松戸（千葉3位）との1回戦は、初回に主砲・野村佑希のタイムリーなどで3点を先制するも、エース中田優斗のピッチングがなかなか安定せず、5回を終わって5対7。二番手の岩崎海斗も7回に2本のソロホームランを打たれて、5対9とリードを広げられた。それでも、このまま終わらないのが強打の花咲徳栄だ。8回表に1年生の井上朋也の2ランなどで同点に追いつくと、さらに二死満塁から倉持賢太の走者一掃となるタイムリー三塁打で、一気に勝ち越しに成功した。



今秋のドラフト候補としても注目されるスラッガー、主将・野村佑希選手。今大会でもホームランを放った

「相手ピッチャーの球も落ちてきていたので、一気にいける可能性はあると思って」と、打線に信頼を寄せる岩井隆監督。野村は第二打席で高校通算52本目のホームランを放つなど4打数3安打3打点と爆発したが、「野村があれぐらい打つのは当然」とサラッと語った。2回戦は今春のセンバツ甲子園でベスト4に進出した東海大相模（神奈川県）に推薦枠。5回までは1対7の劣勢も、打線が粘って4点ビハインドで最終回へ。1安打4四球などで1点差に詰め寄ると、二死から井上の二塁打でついに同点に。しかし、その直後にリリーフの岩崎がサヨナラホームランを打たれて、惜しくも2回戦敗退（7・8）となった。



“あなたの未来を守る”豆知識をお届け！ “お酒と口腔ケア”の大切な関係



お酒を飲んだ次の日、自分の口臭を気にされる方は多いはず。寝起き、口の中がネバネバしていたり不快感を感じ易いのは確かですし、息から吐き出される飲み過ぎたアルコールの残骸から、周囲に「お酒臭い!!」などと言われてしまう経験もあるでしょう。そこで、今回は、お酒を飲んでも自信を持って元気に過ごせるための秘訣を考えて行こうと思います。

そして、お酒と楽しむおつまみや食事の選び方も気をつけてあげるとよいでしょう。おつまみ系は、**お豆腐や枝豆などの大豆製品**、**お刺身や焼き魚**などの魚介類などタンパク質がオススメです。

ば摂取量・排出量 1・1.1が目安です。このように、お酒を飲むときは、**どんな種類であつてチェーサーとして水を飲むことを忘れてはいけません。**



アルコールの代謝をスムーズにする飲み方

- 1 水分を十分に摂る
- 2 酒の肴のチョイスにこだわる
- 3 適度な糖分であればOK

肝臓でアルコールを分解するときには水分は必需品。アルコールの分解は飲んだ時から始まりますから、お酒を飲みながらもこまめに水分補給をすることが大切です。ビールや水割り、ソーダ割にされると、ついつい、水分摂取を怠りがちですが、これも注意が必要。アルコールには利尿作用があり、水分を摂っていないと、出ていってしまっている量の方が多くなります。たとえば、**ビールならば摂取量・排出量** 1・1.1が目安です。

POINT 1 アルコールを 残さない努力!!
アルコール臭さの大きな原因は、**分解しきれないアルコールが体に残っていること**です。アルコールは体内で吸収されたあと、肝臓でアセトアルデヒドに分解され、さらに酢酸へと姿を変えながら最終的に水と二酸化炭素に処理されていきますが、この時に自分のアルコール分解許容量を超えてしまうとアセトアルデヒドや酢酸が体に残り口臭や体臭の原因になってしまいます。これは、二日酔いの原因にもなってしまうので、出来るだけ体には残したくないもの。そこで大切になることが、**アルコールを飲み過ぎないことに加え、アルコールの分解をスムーズに行えるようなサポートをしてあげること**です。



POINT 1
アルコールを 残さない努力!!

さらに、アルコールの分解には**適度な糖分**も必要なので、**メにお米系の食事やお蕎麦を頼むことは、悪いことではありません。**ただし、**メのラーメンは塩分・カロリーの摂り過ぎになることもあるので要注意。**



POINT 2
アルコール摂取後の 口腔ケアは徹底的に!!

お酒を飲んだ直後から気にかけていることが口腔ケアです。お酒に合う食べ物、**ニオイの強いお料理も多く、アルコールに加え、口臭がさらにきつくなってしまう心配もあります。**そのまま放置せず、簡単に歯磨きやマウスウォッシュなどだけでも行っておくと二次会やカラオケに突入しても**口臭の心配が減ります。**



そして帰宅後は、**念入りな口腔ケアを実践してみてください。**丁寧なブラッシングはもちろんですが、**舌磨き・歯間ブラシ・マウスウォッシュの併用が大切。臭いのもと、舌や歯の間にも潜んでいることを忘れてはいけません。**

徹底的な口腔ケア

- 1 飲み会の合間の口腔ケア
- 2 帰宅後には、歯ブラシ・舌磨き・歯間ブラシ・マウスウォッシュによる複数ケア
- 3 乳酸菌で仕上げのケア

さらに、**徹底したい方は、就寝前の乳酸菌LS1による口腔ケアもオススメです。**LS1の商品特徴を踏まえて、**次の日の朝への準備の仕上げに試してみたいかがでしょうか。**
お酒は飲み過ぎないことが大前提ですが、**上手く口腔ケアを活用すれば、もっと楽しく美味しくお酒の時間が過ごせるはず**です。



マブチメディカルクリニック 馬淵知子院長

2003年 東京医科大学医学部医学科卒業
2003年 東京医科大学病院 勤務
2008年 マブチメディカルクリニック開設 同院長
2008年 株式会社 THE DOCTORS INC. 設立
2011年 学校法人 食糧学院 理事 就任
学校法人 食糧学院 / 東京栄養食糧専門学校 / 東京調理製菓専門学校 講師

〈出版〉
『からだを救う、水の飲み方、選び方』(講談社)・
『朝のコーヒー、夜のビールがよい仕事をつくる』
(クロスメディア) その他、多数

〈テレビ出演〉
日本テレビ 「ザ!世界仰天ニュース」
テレビ朝日 「林修の今でしょ!講座」
フジテレビ 「めざましテレビ」 その他、出演多数

「LS1ポイント」キャンペーン再開のお知らせ

1pt 「LS1ポイント」キャンペーン再開のお知らせ

2018年4月30日をもって締め切らせていただきました「LS1ポイント」キャンペーンですが、
ご好評につき次号No.18より再開させていただきます。
今後もコイケヤLS1ショップをご愛顧賜りますようお願い申し上げます。

乳酸菌エル・エス・ワンは、湖池屋の特許技術を使用した商品です。(特許第4203855号:乳酸菌を有効成分とする生菌製剤および乳酸菌含有食品)



株式会社 湖池屋

メール ls1shop@koikeya.co.jp TEL 0120-749-418 FAX 03-3979-2184

コイケヤ LS1 ショップ

検索

http://ls1.koikeya.co.jp/