



## Xoçai® Omega Squares ショサイ・オメガスクエア

3個当たり

ORAC<sub>FN</sub>: 75,406

フラボノイド: 1,203mg

### 現代人の健康のエッセンス

今日の欧米型の食事に特に不足気味なのが必須脂肪酸オメガ3。現代成人の多くが不足状態であるのはもちろんのこと、特に子どもに摂取不足が見受けられます。オメガ3の不足が多くの病気の発症につながっているとする科学的研究結果は非常に多く、その数は2千件以上に及んでいます。

### オメガ3: 健康には不可欠

オメガ3は必須脂肪酸です。その名前が示すとおり、人の体にとって不可欠な脂肪酸なのです。しかし残念ながら、不可欠でありながら体内では作れないため食品から摂取するか方法がない栄養素なのです。

米国立衛生研究所および国際脂肪酸脂質学会では、必須脂肪酸オメガ3の中でも特に重要と考えられているDHA(ド

コサヘキサエン酸)を一日当たり最低220mg、妊婦や授乳婦の場合は最低300mg摂取するよう推奨しています。ショサイ・オメガスクエアには1食3個(33グラム)当たり200mg以上のDHAとEPA(エイコサペンタエン酸)が含まれており、オメガ3の摂取源としては極めて優れています。

### バランスの取れた食事

オメガ3と同じく脂肪酸であるオメガ6をバランスよく摂取することは健康増進にとってとても大切なことです。この二つの脂肪酸、オメガ3とオメガ6を1対2の比率で摂取するのが理想的、健康的な食事と考えられています。しかし多くの研究者によると、現代人の食生活においてはこの比率が1対10と、オメガ3に対しオメガ6が過多で極めてバランスの悪い食生活になっており、増加傾向にある多くの疾病の要因にもなっていると指摘されています。

ショサイ・オメガスクエアでは、このように不足気味のオメガ3を特許カプセル化技術で包み込み、さらにアサイベリー、亜麻の実も配合されているため、バランスよく必須脂肪酸を体内に取り込むことができます。さらに、魚ではなく植物から抽出したオメガ3を用いているため、ベジタリアンの方にも安心してご利用いただけます。

カロリー(33グラム=3個当たり): 190

原材料: ダークチョコレート(無糖チョコレート、砂糖[天然サトウキビジュース])、XoVita™(MXI独自開発カカオ、アサイベリー、ブルーベリーの抗酸化物質高含有パウダーブレンド)、レシチン[乳化剤]、DHAオメガ3パウダー、亜麻の実、オレンジの皮