Trace Minerals RESEARCH

Electro-Vita-Min DAILY 5

☑Vitamins ☑Minerals ☑Enzymes ☑Omegas ☑Green Foods

トレース・ミネラル・リサーチ社のエレクトロ・ビタミンはアメリカで25年以上の経験と実績があります。中でも「デイリー5」は特に総合必須栄養素をバランスよく配合した最適のマルチ・サプルメントです。

13種類の必須ビタミン

ビタミンA（ベータカロチン）
ビタミンB1　B2　B5（パントテン酸）
B6　B12　ナイアシン　葉酸
ビタミンC　ビタミンD3　ビタミンE
ビタミンH（ビオチン）　ビタミンK

空腹時ではなく食事といっしょに1日2～3粒お摂りください。

水素サプルメントが他の栄養素の吸収を手助けしますので、同時にお摂りください。

水素くん

バランスのとれた酵素

パパイン（パパイヤ酵素）
アミラーゼ（でん粉分解酵素）
リパーゼ（油分分解酵素）
プロテアーゼ（蛋白質分解酵素）
セルラーゼ（セルロース分解酵素）
ブロメライン（パイナップル酵素）

酵素が消化を促進し代謝を手伝ってくれます。

オメガ必須脂肪酸

オーガニック・フラックスオイル（亜麻仁油）シード・パウダー
オメガ　3－6－9　のバランスのとれた脂肪酸
オメガ3－α-リノレン酸　など
オメガ6－アラキドン酸　など
オメガ9－オレイン酸　など

ハーブと海草藻類がブレンドされておりストレスを軽減させ免疫力を向上させてくれます。

ハーブ・グリーンフード

アルファルファ　麦　ケルプ（こんぶ科）
スピルリナ（藍藻）　クロレラ（緑藻）
シトラスバイオフラボノイド（柑橘類）
ギシギシ（タデ科）　アセロラチェリー
クロロフィル（葉緑素）　バラ　青緑藻

天然の豊富なミネラル

カルシウム　鉄　マグネシウム
亜鉛　セレニウム　銅　マンガン
クロム　塩素　ナトリウム　カリウム
72種類以上の自然ミネラル
イオン化合物

アメリカ、ユタ州、グレイトソルトレイク湖の塩田ではミネラルが自然農法で採取されています。

Electro-Vita-Min DAILY 5

Supplement Facts

Serving Size 3 Tablets
Servings Per Container 60

Amount Per Serving		%DV
Calories	5	
Total Carbohydrate	1 g	<1%*
Dietary Fiber	1 g	3%*
Vitamin A (as Retinyl Palmitate, Beta Carotene)	2500 IU	50%
Vitamin C (as Ascorbic Acid)	60 mg	100%
Vitamin D3 (as Cholecalciferol)	400 IU	100%
Vitamin E (as D-Alpha Tocopherol Acid Succinate)	30 IU	100%
Vitamin K (as Phylloquinone)	80 mcg	100%
Thiamin (as Thiamin HCl)	3 mg	200%
Riboflavin	2.55 mg	150%
Niacin (as Niacin & Niacinamide)	30 mg	150%
Vitamin B6 (as Pyrodoxine HCl)	3 mg	150%
Folic Acid	400 mcg	100%
Vitamin B12 (as Cyanocobalamin)	6 mcg	100%
Biotin	600 mcg	200%
Pantothenic Acid (as D-Calcium Pantothenate)	15 mg	150%
Calcium (as Calcium Carbonate)	100 mg	10%
Iron (as Ferrous Fumarate/Amino Acid Chelate)	9 mg	50%
Magnesium (from ConcenTrace®, Mag. Oxide)	350 mg	88%
Zinc (as Zinc Citrate, Zinc Sulfate)	13.5 mg	90%
Selenium (as Selenium Amino Acid Chelate)	35 mcg	50%
Copper (as Copper Gluconate)	1 mg	50%
Manganese (as Manganese Amino Acid Chelate)	1 mg	50%
Chromium (as Chromium Polynicotinate)	60 mcg	50%

Amount Per Serving		%DV
Chloride (as Potassium Chloride, ConcenTrace®)	800 mg	24%
Sodium (from ConcenTrace®, Sodium Citrate)	20 mg	1%
Potassium (as Potassium Chloride, Pot. Citrate)	100 mg	3%
Low-Sodium ConcenTrace®	2.5 g	†
A complex of over 72 naturally occurring ionic trace minerals from the Great Salt Lake. Equivalent to ⅓ tsp. ConcenTrace®.		
Herbal Blend & Food Base	200 mg	†
Alfalfa Leaf, Acerola Cherry Concentrate, Chlorella Algae, Wheat Grass, Blue Green Algae, Citrus Bioflavonoids Complex (10% Bioflavonoids), Kelp, Rose Hips, Chlorophyll, Yellow Dock Root.		
Enzyme Complex	350 mg	†
Total standardized enzymes: Papain, Amylase, Lipase, Protease, Cellulase, Bromelain.		
Sulfate (from ConcenTrace®, Zinc Sulfate)	100 mg	†
Organic Flax Seed Powder	120 mg	†
Containing Omega 3-6-9 Essential Fatty Acids		
Choline (as Bitartrate)	5 mg	†
Inositol	5 mg	†
PABA (Para-Aminobenzoic Acid)	10 mg	†
Boron (from Boron Citrate, ConcenTrace®)	2.5 mg	†

*Percent Daily Values (DV) are based on a 2,000 calorie diet.
†Daily Value (DV) not established.

一般のマルチ･ビタミンミネラルには緑枠の酵素、オメガ脂肪酸、ハーブが含まれていません。健康なからだには、92種類の元素が必要といわれていますが、「Daily5」には天然ミネラルだけで72種類以上の元素が含まれています。

サプルメントの上手な摂り方

◆ 栄養素はバランスが大事

ビタミンＣ、ビタミンＥは単独でとっても問題ありませんが、Ｅが酸化したＣをもう一度使える状態にするなど、一緒に摂ることで互いに力が強くなります。マルチビタミン・ミネラルには、そのような効果もあります。

Ｂ１など数種類の栄養素を補給しても、体液のミネラルの状態がよくなければ有効に利用できないし、吸収率も低下するということを意味しています。Ｂ６が働くためには、亜鉛とマグネシウムが必要とされています。

問題なのは、ある一つの栄養素を摂りすぎると、それと協力して働く栄養素に働きが次第に弱くなってしまうことにあります。

◆ 怖いミネラルの単独摂取

ミネラルになるとその理由は一層強く、カルシウムだけだとマグネシウムの消耗、銅だけだと亜鉛の欠乏が引き起こされます。市販の栄養剤はカルシウムだけでマグネシウムが入ってない商品がほとんどです。ビタミンの欠乏症の補正は比較的容易ですが、ミネラルは難しくマグネシウム欠乏が長引くことで血管の緊張が高まり、若い人でも不整脈から突然死する危険があるのです。

マルチビタミン・ミネラルの最も優れた点とは、食事の内容がどのように変わっても、常に一定の量の微量栄養素を補給できることです。

◆ 天然と合成の違い

ビタミンＡ、Ｂ群、Ｃなど医薬品のビタミンのほとんどは合成によって作られます。合成ビタミンは油様物質やブドウ糖など安価な材料から大量に作られるため、コストにおいて非常に有利になります。合成ビタミンは、その成分が破壊されないように「硝酸チアミン（Ｂ１の化学名）」、「塩酸ピリドキシン（Ｂ６の化学名）」など化学的に安定した分子構造に作られています。

一方天然ビタミンは、ある種のビタミンを高濃度に含む動植物からそのビタミンを抽出して作られたものです。天然ビタミンは基本的に普段食べている野菜や米と同じですから、消化器系にトラブルがない場合は効率よく腸から吸収され、細胞内のレセプターにぴったり当てはまります。

「鍵と鍵穴」といい、ビタミンはそのサイズにぴったりあった鍵穴がなければ細胞内に入ることができないのです。仮にビタミンＢ１誘導体が添加されていたとしても、利用できるかどうかは別の問題なのです。