



# 酒かすの、かしこい活用法 酒粕パワー

現代病について

酒かす分解ペプチドに肝障害予防効果を確認  
(日本栄養・食糧学会で発表)

月桂冠総合研究所

酒粕には、たんぱく質・ビタミン・ミネラル等が豊富に含まれ、非常に栄養価の高い物だから。つまり酒粕は日本酒を造る途中で出来た、副産物なんです。酒粕には様々な物質があり、以下の様な効果がある事が実証されています。

## 1、高血圧 血圧を下げる

酒粕の中からは血圧の上昇を抑えるのに有効な物質が6種類も発見されており、様々な研究の結果、血圧の薬と同じくらい効くことが立証されています。また、酒粕には血液の固まりを溶かす酵素の合成を促進させる物質が含まれており、心筋梗塞、動脈硬化の予防にやくだちます。

## 2. 糖尿病の予防、インスリンと同じ働きをする物質がある。

糖尿病患者の食事は、糖質を減らしてたんぱく質を吸収するのが基本です。酒粕のなかには糖の吸収を押さえる物質や、たんぱく質の分解吸収を促進する機能性物質が含まれています。清酒や酒粕の中には、インスリンと同じ働きをする物質があり、インスリン作用不足を補うことができます。

## 3、ガンの予防 ガン細胞のみを攻撃する、ナチュラル・キラー細胞を活性化させる物質がふくまれる。

発ガン予防の効果があることや、ボケや老化の予防、免疫力を高めるなど、いろいろな健康効果があることが分かってきています。

## 4、骨粗鬆症の予防 骨の組織を破壊する活性物質の働きを阻害物質がふくまれる。

## 5、ダイエット効果

酵母には水を吸うと膨らむ多糖体や食物繊維が含まれるので、満腹感が得られやすく、また便秘にも効果があります。

## 6、保果湿効 多量に含まれるアミノ酸に保湿効果アリ。

7、美白効果 チロシナーゼという酵素が作用する事で、シミ・ソバカスが出来ます。このチロシナーゼの働きを阻害する、遊離リノール酸が多量に含まれるためシミ、ソバカスがで出来にくい。パック、ローション、入浴剤を作る。

## 8、傷の回復を早める

ビタミンB5には傷の回復を早める効果があります。昔から民間療法として火傷に使われてきました。 次回は、酒粕のおもな利用法等

瀬祭純米大吟醸酒粕100g 100円

純米大吟醸の酒粕から手造り石鹸をつくりました。

瀬祭酒粕石鹸 ¥1050円 にて販売しております!!

周南市樋口354-1 竹本 本店 0833-91-0028

FAX0833-91-6848 (24時間受付中) フリーダイヤル0120-001828