



毎日  
快調!

スッキリ  
笑顔!

もっととりたい

# “食物繊維”を

# Bファイバースブレンドで。

今や美容に健康、そしてダイエットに欠かせない栄養素と言えば食物繊維。しかし、野菜や海藻類などを食べる機会が少ない私たちは必要量とるのが難しく、男女共に1日5~7g不足しているといわれています。

Bファイバースブレンドは、役割の異なる2種類の食物繊維に加え、善玉菌もとれるすぐれもの。

手軽に食物繊維不足を解消。快調な毎日に笑顔がこぼれます!



ピーチ  
フレーバー

## Column

### そもそも食物繊維とは?

食物繊維には不溶性と水溶性の2種類があります。明日のスッキリ笑顔のためには、両方の食物繊維をバランスよく食べることが重要です。

### 水溶性食物繊維

水に溶けゲル化し、不要な物質の吸収を妨げ、排泄をサポートすると言われています。



### 不溶性食物繊維

水には溶けませんが、水分を含んで膨張し、ぜん動運動を活発にするとされています。



※商品の効能効果を保証するものではありません。

スリム&トリム

# Bファイバースブレンド

内容量 400g

価格 ●おすすめ価格: 6,000円 ○ホワイト価格: 5,000円 ●イエロー価格: 4,500円  
●グリーン価格: 4,000円 ●アンバー価格: 3,500円 1.25ポイント

1日あたりの目安量 1~3回 / 1回分 約10g(別売スプーン1杯分)

お召し上がり方

1回分を約240mLの水、またはぬるま湯などに混ぜてお召し上がりください。また摂取後は、同量の水、またはぬるま湯をお飲みになることをおすすめいたします。

栄養成分表示  
1回分(10g)あたり

エネルギー: 25.7kcal たんぱく質: 0.29g 脂質: 0.13g 糖質: 2.82g  
食物繊維: 6.1g 食塩相当量: 0.05g

## こんな方におすすめ

- 野菜や海藻類などが不足気味の方
- スッキリ快適に過ごしたい方
- 外食が多く偏食しがちな方
- 美容やダイエットに興味のある方
- 健康診断の数値が気になる方



足りていますか？

# 1日の食物繊維量

食物繊維の目標量\*は、1日あたり男性20g以上、女性18g以上とされていますが、全世代で下回っています。一般的な食事を例にとっても、ちょっとしたサラダや煮物ではその目標量をクリアするのは難しく、平均すると1日あたり5~7gの不足となります。

※「日本人の食事摂取基準(2015年版)成人男女(18-69歳)の1日の食物繊維目標摂取量

約5~7g  
不足!

一般的な食事からとれる食物繊維量 約13g



※日本食品標準成分表2015年版によって算出

## もっと知りたい！ 食物繊維の役割

### おなかのお掃除係

不要な物質を体外へ排出する働きを持つので、おなかのキレイを保つには不可欠な栄養素です。

### 善玉菌と仲良し

善玉菌の栄養源でもある食物繊維。一緒にとることで善玉菌を留め、増やす役割も果たしてくれます。

### 食べ過ぎを防ぐ

繊維質の多い食材はよく噛む必要があるため、早食いによる食べ過ぎを防ぐと言われています。

### 気になる数値のケアにも

生活習慣からくる気になる数値のケアにも役立つとして、積極的な摂取が叫ばれています。

※商品の効能効果を保証するものではありません。

健康のかなめ

# “毎日快調”をしっかりとサポート Bファイバースレンド

こだわりポイント

1 まるで食事！植物由来の6種類もの食物繊維を使用！

食物繊維は役割の異なる水溶性、不溶性を組み合わせるとのが理想的。Bファイバースレンドには、6種類もの植物原料から抽出した水溶性、不溶性の食物繊維を配合。忙しい現代人の食事をしっかりとサポートしていきます。



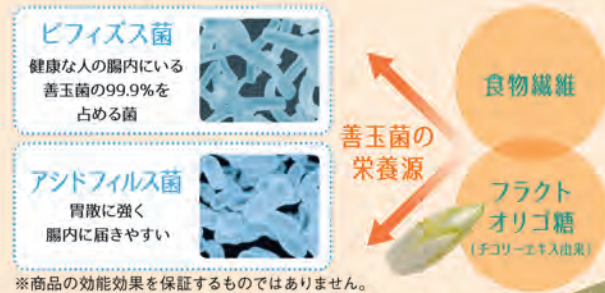
1回あたり食物繊維 6.1g = レタス 1.8個分\*

※日本食品標準成分表2015年版によって算出

こだわりポイント

2 ベストパートナー“善玉菌”配合でおなかキレイをサポート！

「健康の秘訣」はおなかのキレイから。そのためには、食物繊維と一緒に善玉菌をとるのがおすすめです。食物繊維が善玉菌の栄養源となって、善玉菌の活動をサポート。さらに、食物繊維同様に善玉菌を元気にするオリゴ糖も配合。おなかのキレイをしっかりとサポートしていきます。



※商品の効能効果を保証するものではありません。

1987年の誕生から変わらない画期的コンセプト

## 「イン・イン・アウト」をスリム&トリム ABCで。

体づくりのもととなるたんぱく質はAで、スタミナ素材はCで「イン」して、体をリセットする食物繊維はBで「アウト」する。この三位一体の画期的商品コンセプトを実感するなら、ABC3商品と一緒にどうぞ。日々の食事、体の調子を考えて、「イン・イン・アウト」の配合バランスも自由自在に変えられます。



ERINA

株式会社 エリナ

〒105-0021 東京都港区東新橋1-9-2 汐留住友ビル18階 TEL:03-6252-3030(代表) www.erina.co.jp