

# 健康情報

## 月刊マイクロアルジェ

### ニューズレター

もっと知りたい! マグネシウム

### マイクロアルジェ応用製品体験記

脊柱管狭窄症の手術回避と膝痛の改善

### 研究所便り

そして、共同研究が始まるのです。

### わくわく! プラザ

タカシが喝! : 自然のリズムと人のリズム

みんなの活動レポ: 長谷<sup>ディーラ</sup>Dグループセミナー (東京)

Vol.391  
2026年4月号

### 写真: マイクロアルジェ デュナリエラ ターティオレクタ

以前ご紹介したデュナリエラ・サリーナと近縁の緑藻で、主に海洋に生息する。2006年に国際宇宙ステーションにて行われた10日間の宇宙滞在実験に参加しており、その際に細胞内で生成されるグルタチオン(美白成分)が倍増していた実績を持つ。化粧品配合剤として当社が特許を取得。

# 鎂

〈マグネシウム〉

この漢字、なんて読むか分かりますか？

正解は**マグネシウム**\*。

ご存じカルシウムなどと同じミネラルの仲間です。字を見れば分るように、ミネラルは金属（鉱物）なのです。



※マグネシウムを意味する中国語（鎂；メイ）の日本語表記。「び」とも読みます。

金属とか鉱物と言っても、栄養素としてのミネラルは、右のような固形物ではありません。一般的にはそれらが水に溶け込んだ状態のものを指し、ミネラルウォーターなどが良い例です。マグネシウムの結晶▶



## マグネシウムの働き



- 栄養素を代謝し**エネルギー**に変える
- 各種酵素の働きを助け**代謝を正常に保つ**
- 水銀、カドミウムなど**重金属の排泄**



- カルシウムやリンと共に**骨や歯の健康**を守る
- 体内**カルシウムバランスの調整**



- **タンパク質・DNAの合成**に関与
- **神経の興奮**を抑え、**自律神経のバランス**を保つ
- **睡眠の質**や**疲労感の緩和**に関与



- **筋肉運動の調整**
- **心臓の鼓動**を正常に保つ
- **血圧・体温**の調整
- **血糖値**の調節

# 現代人はマグネシウム不足

## 原因は…

### 加工食品の増加

加工の過程でマグネシウムが減る



### 食の欧米化

日本食はマグネシウム豊富なのに…



### ストレス社会

体内でマグネシウムが多く消費される



## 足りないとうどうなる？



足がつる、まぶたがピクピクする



落込み、不眠



集中力・記憶力低下



骨粗しょう症

だからってマグネシウムだけを多く摂ってもダメ。ミネラルは色々な栄養素と連携して働くもの。バランスよく摂ることが大事です！



## ビタミン D、カルシウムと摂る

- ・マグネシウムはビタミン D を活性化する
- ・ビタミン D はマグネシウムの吸収を促進する
- 合わせ技でカルシウムの吸収効率アップ

## ビタミン B と摂る

- ・ビタミン B 群は糖質をエネルギーに変換する
- ・マグネシウムはビタミン B 群を活性化する
- エネルギー変換効率がアップ
- 疲労回復、肥満防止に効果的

## タンパク質と摂る

- ・タンパク質は筋肉、神経、骨の合成に必要
- マグネシウムはそれら全てに關与する

★マグネシウムを単独で大量に摂取することは、他のミネラルとのバランスを崩す拮抗作用を引き起こし、吸収阻害や体外への排出を招く可能性があります。

## 21世紀の宝 マイクロアルジェ 脊柱管狭窄症の手術回避と膝痛の改善

愛知県 篠田峰男さん (74 歳)  
株式会社エス・エヌ・テー代表



### ◆MACを知ったきっかけは？

メッセ名古屋（異業種交流会）にて出展されていたマイクロアルジェコーポレーション（以下MAC）のスタッフさんから話を聞いたのがきっかけで、岐阜の本社を訪問させていただきました。

竹中社長のお話を伺い『マイクロアルジェを21世紀の宝に!』という壮大な構想に感銘を受け、この人なら、この商品なら!と、私の会社で販売させていただくことを決めました。

### ◆実際に飲んでみてどうでしたか？

私は仕事で腰に負担がかかることが多く、長年腰痛に悩まされてきました。あるとき痛みで我慢できなくなり整形外科を受診したところ、**脊柱管狭窄症**と診断されました。

医師からは今すぐ手術しましょう、といわれましたが、周りの人たちとも相談して断ることにし、リハビリやストレッチ、そしてMAC商品に賭けることにしました。

MAC担当者のアドバイスを参考

### 株式会社エス・エヌ・テー

1916年から紙のリサイクル事業に取り組み、近年では積極的にアップサイクル(廃棄物や不用品にアイデアを加えより価値の高いものとして生まれ変えること)にも挑戦。資源回収・再資源化に止まらない『資源循環業』を目指す創業110年の老舗企業です。地域や学生との交流にも力を入れており、その一環としてレンタルルームや各種イベントの場としてコミュニティスペース「マジックマーマ」(右写真)を開設。MAC商品もそこでお取扱いいただいています。



に、1日にアラ善2包、ココリス3本、  
禅・ベクト各5粒、葛仙舞10粒を愛  
飲し、併せてリハビリを行った結果、  
痛みが軽減。現在も手術することな  
く、毎日忙しく過ごしています。

妻も膝痛で睡眠時も痛みがある状  
態でしたが、1日にココリス4本、葛  
仙舞10粒、禅・ベクト各6粒、アラ  
善1包、アップテン2粒を飲むよう  
にすると、膝の痛みが楽になり、夜も熟  
睡できるようになりました。

保育園に勤務している次女もよく  
眠れない状態が続いていましたが、  
アップテンを飲むようになってから、  
熟睡できるようになりました。

#### ◆現在の活動状況、今後は？

昨年12月、宮古島にあるマイクロ  
アルジェ培養農場（MAC宮古ファーム）  
の見学ツアーに参加させていただき、  
培養中のイシクラゲを身近で  
見ることができました。竹中社長も同  
行され、その人となりをもっと知るこ  
ともできました。

現在はマイクロアルジェをより多  
くの人に知っていただくため、月1回  
の「血液と骨の健康測定会」を開催  
しています。



マジックマーマ店内スペース

また竹中社長の想いを1人でも多  
くの方に知っていただきたいと、私の  
ブログで「21世紀の宝 マイクロアル  
ジェ」と題し、シリーズとしてアピー  
ルさせていただいています。下記QR  
コードからぜひチェックしてみてください  
さい。

そして皆さんからもどんどんマイク  
ロアルジェの素晴らしさを発信し、拡  
げて行きましょう！



(株) エス・エヌ・テー公式HP



篠田峰男ブログ



### そして、共同研究が始まるのです。

MAC総合研究所では、製品の品質試験・管理、製品リニューアルの検討、マイクロアルジェ培養法の確立と維持管理、そしてマイクロアルジェの機能性（生理作用）評価を行っています。またこれらMAC総研独自の業務とは別に、大学との共同研究も進めています。

当社が解明したいマイクロアルジェの機能性評価をMAC総研だけでは実施できない場合、その研究分野のエキスパートの先生との共同研究の可能性を模索します。

キーワード検索でヒットした先生方の最近発表された研究論文を数報読んで、研究内容を理解します。それらを基に、共同研究をしていただきたい先生にコンタクトを取ります。

藻類を扱っておられる先生は別として、マイクロアルジェをご存知の先生は殆どおられません。運よく面談の機会をいただいた先生には、マイクロアルジェの魅力を伝えなければなりません。

先生の研究分野に関連したマイクロアルジェの情報を整理し、マイクロアルジェが先生の新たな研究テーマとなる

可能性があることを訴求できるように準備します。そして、ようやく先生との面談です。

面談の際に最も気をつけているのは、先生の研究活動においてマイクロアルジェを扱うことがプラスになるのか？ということです。研究の邪魔になることだけは絶対に避けなければなりません。

面談を通してマイクロアルジェに興味を持っていただいた場合に共同研究のお願いをします。共同研究を通して、それまでマイクロアルジェをご存知なかった先生がマイクロアルジェに期待していただけるようになります。例えば2024年度から共同研究でお世話になっている京都橘大学では、クログロニウムの研究で2026年度の科学研究助成事業<sup>\*</sup>に応募・採択（採択率は約30%）されました。

このような経緯で、今年度は10大学との共同研究を進めます。

#### ※科学研究助成事業（科研費）

日本の学術を振興するため、あらゆる分野で独創的・先駆的な研究を発展させることを目的とする研究助成費。大学等の研究者・研究者グループが自発的に計画する多様な学術研究のうち、それらの研究分野に近い研究者らによる客観的な評価を経て、特に重要なものに対して助成を行う。

一個人の放言にて過言・戯言はご容赦のほどを…

## 自然のリズムと人のリズム

人の生命活動は自然のリズムに準じている。呼吸は浜辺に波が打ち寄せる数と同じ、1分間に18回。その倍数36は人の平均体温。その倍数72は人の正常脈拍数。その倍数144は人の平均血圧。その倍数288は人が胎内に居る日数(十月十日)、等々…どれも科学的根拠は無く、誰が言い出したのかも分からない。しかしそのリズムから外れたら、健康を損なうことは間違いない。単なる偶然だとしても、人はやはり自然のリズムに合わせて生きて行くべきだ。何よりその方が心地良い!

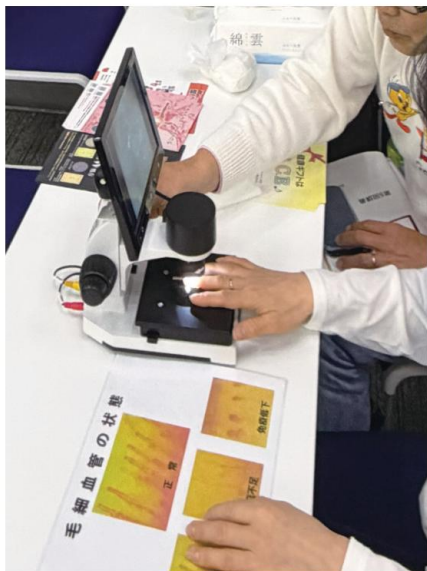
タカシが喝!



健康管理士上級指導員・生涯健康相談士・サプリメント管理士マスター 中西隆

## みんなの活カレポ

ディーラー  
長谷Dグループセミナー (東京)



先月京橋(東京都)にて行われたセミナーの1ページです。主催の長谷Dグループは東京を拠点とする整体師さんの集まり。本セミナーは定期的に行われているもの(全6回)で、健康や身体づくりについて学びながら、ご自身の体の状態を確認できる機会となっています。血流スコープによる毛細血管の測定会(写真)も毎回実施しており、「前回からどう変わったかな?」と結果を楽しみに来場されるお客様もおられます。また弊社の商品をご愛用いただいているお客様からは、「飲み続けて体の変化を感じている」「体調が良くなった気がする」といった嬉しいお声もいただきました。

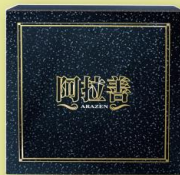
お詫びと訂正：本誌 vol.390 号「健康ひとくちメモ」ニパウウイルスの解説文中において、「予防免疫(粘膜免疫)」とするべきところ「予防免疫(自然免疫)」となっております。訂正し、謹んでお詫び申し上げます。



マイクロアルジェ 禅 ゼン  
240粒入 ¥21,600



マイクロアルジェ ベクト  
240粒入 ¥15,120



アラ善 アラゼン  
90包入 ¥58,320



マイクロアルジェ ココリス  
100包入 ¥12,960



アップテン  
60粒入 ¥9,720



葛仙舞 グルコサミン  
1000  
300粒入 ¥6,480



サラシアアップ  
3粒×50包入 ¥8,640



ミラクルショットS  
30パック入 ¥3,780



マイシース スキンケアシリーズ  
クレンジングオイル145mL ¥ 4,290  
スキンソープ 80g ¥ 3,300  
エクストラバイタルエッセンス 30mL ¥11,000  
スキンローション 150mL ¥ 5,500  
スキンクリーム 30g ¥ 7,700



藻恵美 モエミ  
ヘアケアシリーズ  
シャンプー 300mL ¥3,300  
900mL ¥6,600  
詰替用 720mL ¥4,840  
トリートメント 300g ¥4,180  
900g ¥7,480  
詰替用 720g ¥5,720



ノストフランのど飴 大根生姜味  
ノストフランはちみつレモン飴  
各 15個入 ¥540

マイクロアルジェの**自然**の力で  
あなたの**元気**を応援します。

※商品価格はすべて税込です

マイクロアルジェコーポレーション(株)

〒500-8148 岐阜市曙町4-15  
FAX 058-248-1820 メール support@mac-bio.co.jp

058-248-1822

0120-48-5504

受付：祝祭日を除く月～金曜日9:00～17:00



公式  
サイト



Insta  
MAC



Insta  
MISHEATH