



しなやかな体づくりをサポートする「ディアナチュラアクティブ」

プロテインは体のメンテナンスに役立つサプリメントだが、「ゴツゴツした筋肉がついたら可愛い洋服が着られなくなる」と心配する声も。そんな人におすすめなのが、しなやかな体づくりを目指す女性にピッタリなプロテイン、アサヒグループ食品の「ディアナチュラアクティブ」だ。

ディアナチュラ
Dear-Natura
Active

23種の成分を配合

「ディアナチュラアクティブ」は付属スプーン3杯(約22.5g)で、たんぱく質を含む23種の成分をまとめて摂ることができる。この中には、1日に必要な量の3分の1^{※3}に当たるビタミン11種とミネラル9種(鉄、カルシウム、亜鉛など)が含まれ、さらに女性にうれしい乳酸菌も含まれている。

飲み方は、付属スプーン3杯の「ディアナチュラアクティブ」を約150〜200mlの水、または牛乳に混ぜるだけ。好みや食事内容に合わせて量を調整できる。

摂取のタイミングは、エクササイズまたはトレーニング終了後30分以内が最も効果的。水の量を300mlに増やせば、さっぱりと飲むことができ、運動後におすすめだ。

しなやかな体づくりを目指す女性にぴったりの「ディアナチュラアクティブ」。ぜひ一度、試してみては？

必要な役割をもつ。摂取すべきたんぱく質の量は、その人の活動量によって異なるが、おしなべて、1日の摂取目標量に達していない人が多い^{※2}といわれる。食事だけでたんぱく質の必要量を摂るのは大変で、たんぱく質をたくさん摂ろうとして同時に脂質の摂取が増え、カロリーオーバーになってしまうこともある。「ディアナチュラアクティブ」は、そうしたたんぱく質不足になりがちな現代人の悩みを解消するという点でも期待できそうだ。

「ディアナチュラ」シリーズは、アサヒグループ食品のサプリメントブランドで、今年で発売11周年を迎えた。ボトルタイプに加えて、パウチタイプや機能性表示食品「ディアナチュラゴールド」など、目的や生活習慣に合わせた多彩なラインアップが特徴だ。

そこに今年、新たに加わったのが「ディアナチュラアクティブ」。近年、スポーツを競技としてではなく、趣味や美容・健康目的で始める人が増えてきたことから、そうしたライトユーザー向けに開発されたプロテインパウダーだ。大豆由来のソイプロテインソイミルク味、乳由来のホエイプロテインカフェオレ味に続き、8月27日にはソイプロテインココア味が新発売となった。特にソイミルク味は、毎日続けやすい豆乳のようなやさしい味に仕上がっており、すでに人気商品となっている。

美容・健康志向にマッチ

この人気には、食生活の変化によるたんぱく質摂取量の減少^{※1}という今日的な背景もある。3大栄養素の一つであるたんぱく質は、筋肉や内臓、血液など、体の組織をつくる重

「ディアナチュラアクティブ」のラインアップ

「ソイプロテインソイミルク味」

大豆由来たんぱく質を含む23種の成分をまとめて摂取できる。毎日続けやすい豆乳のようなやさしい味。360g入り2,376円。



「ソイプロテインココア味」

8月27日新発売。ビタミンや乳酸菌など、23種の成分を配合。大豆由来たんぱく質を使用し、ココア味で、毎日おいしく続けやすい味わい。360g入り2,376円。

「ホエイプロテインカフェオレ味」

乳由来たんぱく質を含む23種の成分を配合。カフェインレスコーヒーを使用したカフェオレ味で、就寝前でも飲みやすい。360g入り2,592円。



問い合わせ先：アサヒグループ食品
☎0120-630611 (受付時間10:00~17:00/土・日・祝日を除く)
詳しくはこちら [ディアナチュラ](#) 検索

※1：厚生労働省1998年～2015年「国民健康・栄養調査」
※2：日本人の食事摂取量(2015年版)、厚生労働省2016年「国民健康・栄養調査」
※3：栄養素等表示基準値(18歳以上、基準熱量2200kcal)より1/3日分以上を配合