

【イノセントフル活レターVol.2】

花粉症がつかなくなるこれからの時期に摂りたいフルーツ3選を発表。

管理栄養士が解説「花粉症対策には皮膚と腸内環境を元気にするフルーツを」

ヨーロッパNo.1*のチルド果汁ドリンクカンパニー“イノセント”の日本法人であるイノセントジャパン合同会社は、日本人の約8割（79.5%）が1日のフルーツ摂取目安（200g）*1に到達できていない状況*2をうけて、フルーツをさまざまなシーンに取り入れてもらい、毎日を今より健康でハッピーに過ごすための活動「フル活」を推奨しています。（公式ページ：<https://innocentjuicystuff.jp/>）

そろそろ花粉がつかい季節がやってきますね。日本人の国民病ともいわれる花粉症、お悩みの方も多いのではないのでしょうか？今回は、そんな花粉症対策におすすめのフルーツを発表します。

また、「フル活」を広めるべく2021年1月18日（月）より運行を開始しているフルーツワゴンでは、コロナ禍でも頑張る団体の皆さんへサンプリングを実施中です。先日は、恋愛バラエティー番組「あいのり」元メンバー・クロさんが配達員となり、都内美容室の皆さんへ健康祈願のイノセントをお届けしました。



* - 2020年Nielsen社調べ。（イノセント進出国/チルドドリンクカテゴリー/小売販売金額 €）

*1 - 厚生労働省・農林水産省の「食事バランスガイド」が定めている1日のフルーツ摂取目安

*2 - イノセント「フルーツ摂取に関する調査」の結果より（2020年2月下旬）

どんなところが花粉症にいいの？管理栄養士・加藤彩子さんが解説

花粉症対策には、皮膚や粘膜を正常に保つこと、腸内環境を整えることが大切です。



いちご

ビタミンCが豊富な果物の代表。コラーゲンの生成を促すため、皮膚を健康に保つことができ、美肌効果も抜群です。また、食物繊維のペクチンが善玉菌のエサとなり腸内環境を整えることで花粉症を軽減します。貧血予防に役立つ葉酸も多く含まれています。



パパイア

βカロテンが多く含まれているため、皮膚や粘膜を正常に保つ効果があり、花粉症対策に有効です。また、たんぱく質分解酵素のパパインは、肉料理などの消化促進に役立ちます。カリウムも多く含まれており、デトックス効果も期待できます。



アボカド

果物？と思われがちのアボカドですが、木になる果実なので、果物に分類されています。抗酸化作用の高いビタミンE、皮膚や粘膜を強化するビタミンB2を含み、花粉の侵入を軽減させる効果があります。また、アボカドの豊富な脂質の大半はオレイン酸、リノール酸などの不飽和脂肪酸で、悪玉コレステロールを軽減します。



健康祈願をした“まんま、飲むフルーツ”をお届け。 フル活デリバリー実施レポート～クロさん編～

日本全国にフル活を広めるイノセントのアイコンとして誕生した「フルーツワゴン」。

お寺で健康祈願のご祈禱をし、いつもよりパワーアップしたイノセント“まんま、飲むフルーツ”を乗せて、2021年1月18日(月)よりさまざまな団体の皆さんの元まで直接デリバリーしています。

先日は、恋愛バラエティー番組「あいのり」元メンバー・クロさんが配達員となり、都内美容室の皆さんへ健康祈願のイノセントをお届けしました。

<フル活デリバリーをしたクロさん コメント>

「ワゴンに乗るのはラブワゴンぶりなので、ワクワクしちゃったよ。スタッフさんも大変喜んでくれて良かった！スタッフさんやお客さんの方も、フル活して、健康に過ごしてくださいように。」



フル活デリバリーをご希望の団体を、イノセントの公式SNSにてまだまだ募集中です。
コロナ禍でも頑張ってくれている団体の皆さん、ご応募お待ちしております。

▼応募方法

TwitterまたはInstagramのイノセント公式アカウント宛てに、団体名・人数・ほしい理由・受取可能な日時を記載したDMをお送りください。

※ デリバリー可能エリアは一都三県（神奈川・千葉・埼玉）です。

※ 個人単位でのデリバリーは不可。



花粉症予防にぴったりないちごも入ってる
これ1本で手軽に楽しくフル活できちゃう
イノセント “まんま、飲むフルーツ”



おおまじめ
ストロベリー



235ml
55kcal / 100ml当たり(推定値)

いちごがどっさり。
甘さと酸味の絶妙なブレンド。
おいしさに、おおまじめです。



やんごとなき
マンゴー



235ml
57kcal / 100ml当たり(推定値)

南国気分へと誘う味と香り。
口あたりとろーり、
トロピカル・ハーモニー。



やんちゃな
キウイ



235ml
47kcal / 100ml当たり(推定値)

やんちゃな爽やか系代表。
フルーツどっさりなのに
ゴクゴクいけちゃう
キウイでニクいやつ。



1本に世界中から厳選したおいしいフルーツがこーんなにたくさん200g以上。

果汁100%。濃縮還元果汁なし。

甘味料、合成着色料、増粘剤も一切なし。

おいしさがぎゅっと詰まったイノセントなら、

面倒な皮むきも種取りも必要ありません。



管理栄養士/加藤彩子さんプロフィール

管理栄養士として病院や保育園での指導を経て独立。雑誌などでオリジナルレシピを紹介するほか、栄養指導を取り入れた食育イベントや料理教室の講師としても活躍。趣味のお菓子作りを生かした、アレルギー対応のお菓子作りも得意。

イノセントジャパン合同会社

innocent Japan GK

設立年月:2018年9月 | 資本金: 500万円

代表者: Simon Edgar | 主な事業内容: みんなの健康と長生きを応援するドリンクを作る



SNS、やっています。

twitter (強しつけてね):
innocent_japan

facebook (強つけてね):
innocentjapan

instagram (フォローしてね):
innocent_japan

【本リリースに関するお問い合わせ】

イノセントPR事務局 (シグナル内) 担当: 中島、上村

TEL: 03-5572-6068 / FAX: 03-6673-4282 / E-mail: mediafriends@innocentdrinks.jp

【その他、商品に関するお問い合わせ】

バナナフォン (TEL): 0120-633-479 / E-mail: hello@innocentdrinks.jp