



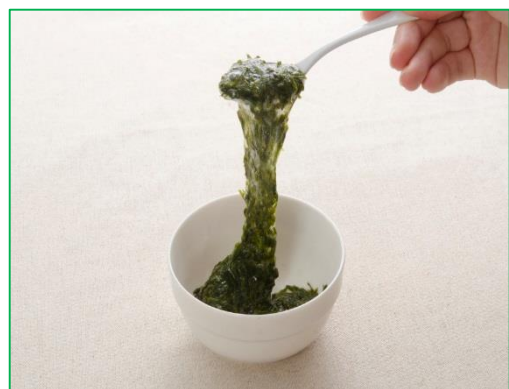
いま注目の海藻の本 『糖尿病、ダイエットに効く！ スーパー海藻アカモク』 5月28日発売！

アカモクは北海道東部を除くほぼ日本全域で採れる海藻。わかめや昆布、もずくなどを圧倒するアカモクのねばねば成分フコイダンが血糖値や血圧を下げて、便秘も解消！

もともと漁船のスクリューに絡まる邪魔な海藻“ジャマモク”として海の厄介者だったアカモクですが、しゃきしゃきした独特の歯ごたえとその豊富な栄養素から一躍、健康海藻として今、話題になっています。

アカモク健康効果の秘密は、なんといってもねばねばしたフコイダン（食物繊維）。強力なねばねば成分が、血糖値の急上昇を抑え、からめ取った糖や脂質を体の外へ出す働きをしてくれるので、糖尿病やダイエットにはぴったりの食材なのです。

本書は、そんなスーパー海藻アカモクの魅力を、はじめて網羅した一冊。糖尿病やダイエットはもちろん、高血圧、がん、胃潰瘍、逆流性食道炎、骨粗しょう症など、実際に食べてその健康効果を実感した豊富な体験談のほか、日本各地で行われているアカモクの研究成果やおいしく食べられるアイデアレシピも掲載。生活習慣病対策に悩んでいる人はぜひご活用いただきたい一冊です。



『糖尿病、ダイエットに効く！ スーパー海藻アカモク』

著者：佐々木久雄

四六判 168頁 ●1300円(税別)

ISBN 978-4-07-293717-4

発行：主婦の友インフォス情報社

発売：主婦の友社

【本書の内容】

第一章 生活習慣病にアカモク

第二章 毎日の食に取り入れたいアカモク

第三章 アカモクを知る

第四章 アカモクはこんなふうに着つ

第五章 健康な食べ物をつくるアカモク

第六章 地球に優しいアカモク

■著者 PROFILE

佐々木久雄（ささき・ひさお）

1949年宮城県気仙沼市生まれ。工学博士。北海道大学水産学部卒業後、宮城県庁へ。保健環境センターで松島の水質改善に携わる。県庁在籍中に東北大学工学部でアカモクの研究を始め、50才で工学博士号を取得。海藻ひとすじ25年の経験を通じて、早くからアカモクの健康効果を認識、日々の生活に取り入れて欲しいと全国を奔走している。

この件に関するお問い合わせは下記担当までお願いいたします。
株式会社主婦の友インフォス情報社 「健康」編集部 松本千鶴
c.matsumoto@st-infos.co.jp
TEL03-3295-9575 FAX03-3294-9308