

オーガニックサイエンス株式会社
organicscience.jp
0120-659-151
support@organicscience.jp



Introduction.

まえがき

マグネシウムというミネラル、そしてオーガニックサイエンス株式会社に
興味を持っていただき、ありがとうございます!

私たちオーガニックサイエンスは、マグネシウムの素晴らしさを
より多くの方に知っていただくため、医学会を通じて世界のマグネシウム研究者と
最新の研究結果を共有しながらマグネシウムを豊富に含む商品の開発・研究を
おこなっています。

「マグネシウムの知識を深め、毎日の生活に取り入れて欲しい」
「マグネシウムを十分に摂ってより質の良い生活を送ってほしい」
「マグネシウムに関することはオーガニックサイエンスに頼って欲しい」

という思いから、オーガニックサイエンスの商品をご購入いただいた方に向けて
本書を作成しました。

マグネシウムの素晴らしさや製品の使い方だけでなく、
私たちオーガニックサイエンスの理念やお客様への思いについてもご紹介します。

ぜひ、ご家族やご友人の皆さまと一緒に楽しんでいただけますと幸いです。

オーガニックサイエンス株式会社
スタッフ一同より

Miracle Mineral Magnesium.

魔法のミネラル マグネシウム

マグネシウムとは？

マグネシウムは、私たちが生きていく上でなくてはならない
極めて重要な栄養素・ミネラルです。

皆さまの中には、マグネシウムは固い金属というイメージを持たれている方もいるかもしれません。
体に必要と言われてもピンとこないかもしれません。
またマグネシウムが体の健康のために必要と言われてもピンとくる方は少ないでしょう。
さらに人によってはマグネシウムを水銀のような「毒素」と考えてしまう方もいるかもしれません。

それもそのはずです。

私たちにマグネシウムについて元素番号や記号、化学式を習ったり、
燃焼実験をしたりという理科の授業で学んできた知識や経験があります...。
マグネシウムといえば化学や工業で使われている金属のようなもの、というイメージを
学校で教わってきました。

確かに工業的にもマグネシウム合金として使われている欠かせないものです。

でも実はマグネシウムこそ、
人間の体にとって必要不可欠な栄養素であり、魔法のミネラルなのです！

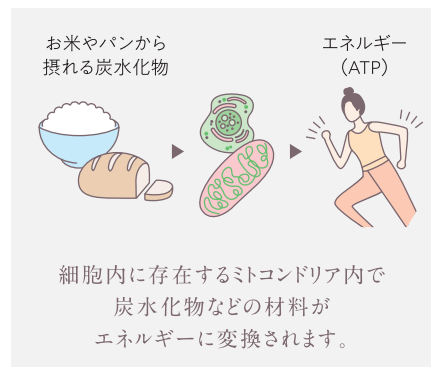
マグネシウムは体に必要不可欠なミネラル

マグネシウムが私たちの体に必要不可欠な理由を、分かりやすい代表例と共にご紹介します。ここでご紹介するのは数あるマグネシウムの働きの中の2つです。それはマグネシウムが「生きるためのエネルギーを生み出すミネラル」であり、「私たちの体を動かすミネラル」であるということです。

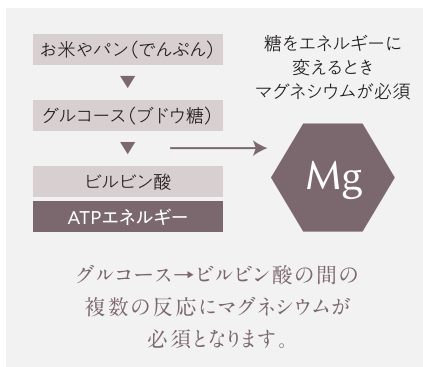
生きるエネルギーを生み出すマグネシウム

私たちは生きていくためにパンやお米などを「食べる」ことで、生きていくためのエネルギー*を得ています。しかし、食べるだけではエネルギーを得ることができないことはご存じでしょうか？ エネルギーを得るためには、食べて吸収した栄養をエネルギーに変える栄養が必要となります。そして、その栄養こそがマグネシウムなのです。

私たちが生きていくための
エネルギーが作られるメカニズム



炭水化物→エネルギーへ変換する
化学反応にマグネシウムが必須！

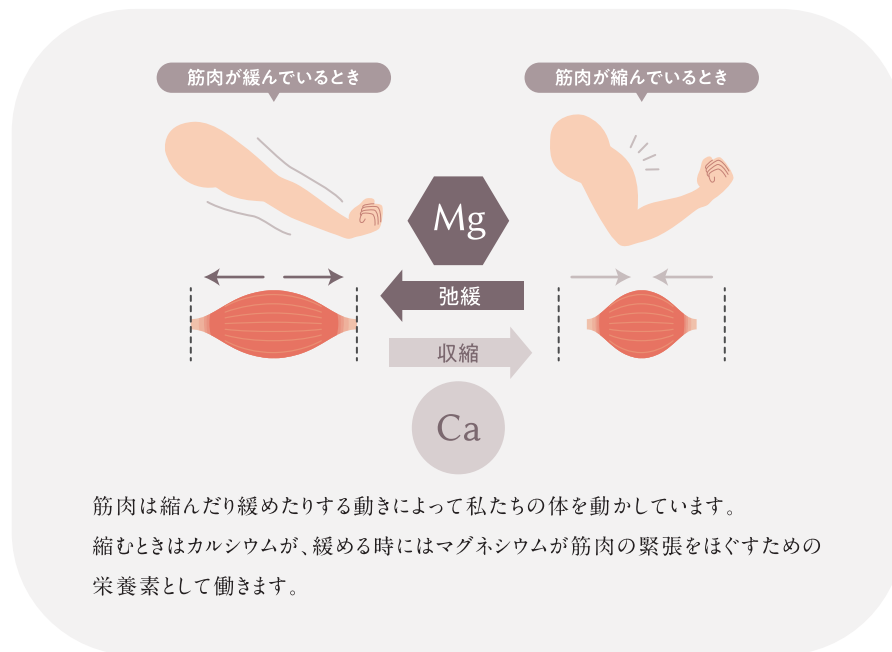


マグネシウムは吸収した栄養をエネルギーに変換する働きに関わっており、私たちが生きていくために極めて重要な役割を果たしています。

*アデノシン三リン酸 ATP という名前のエネルギーです。

私たちの体を動かすマグネシウム

私たちは生きていくために体を「動かして」生活をしています。そして体の筋肉を動かすために必要な栄養素の1つがマグネシウムなのです。



普段私たちが何気なく行っている「歩く」「走る」「座る」「ジャンプする」といったあらゆる動きにもマグネシウムは関わっているのです。

ここでご紹介した2つの例は、マグネシウムが「生きるためのエネルギー生産」と「体を動かすミネラル」であるということです。さらには筋肉の合成など、マグネシウムという必須ミネラルは実に幅広く私たちの生活に関わっていることが研究で明らかになっています。

体の不調にも有効なマグネシウム

マグネシウムが私たちの体に必要不可欠な栄養素であることは説明させていただきました。しかし、それだけでは終わらないのがマグネシウム。なんと、マグネシウムはさまざまな体の不調があるとき、その不調の改善を助けてくれる栄養素であるという研究結果が得られているのです。

こむらがえり(足のつり)

マグネシウムが有効である体の不調の1つとして「こむらがえり」をご紹介します。

こむらがえりとは、主にふくらはぎの筋肉が異常に収縮して痙攣(けいれん)を起こしてしまう症状です。実はこのような症状の原因の1つにマグネシウム不足があります。

『私たちの体を動かすマグネシウム』で、体を動かすためには「カルシウムが筋肉を縮ませ、マグネシウムが筋肉を緩めるミネラルとして働く」ことを説明しました。マグネシウムが不足するとうまく筋肉を緩めることができません。すると結果的に筋肉は急に縮んだまま強い痛みのある「こむらがえり」を起こしてしまうので、ゆっくりと伸ばす・ほぐすというケアが必要となります。

このような筋肉を緩める作用があることから、マグネシウムはリラックス・ミネラルとも呼ばれ、こむらがえり、さらには体の凝りを改善するためにも有効な栄養素の1つとされています。



お肌の乾燥・トラブル

また、お肌にハリや潤いを求める方に嬉しいおしらせです。マグネシウムには肌の保湿や保護効果があるということが研究結果で明らかとなりました。



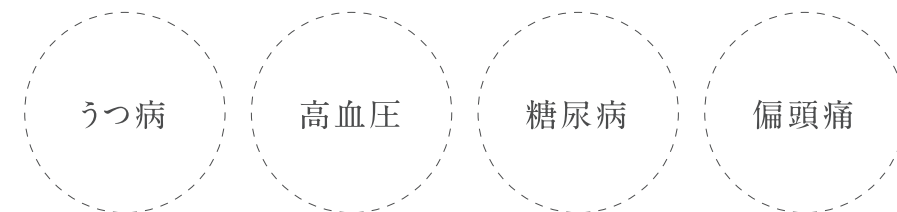
研究では、保湿ケアに必須のヒアルロン酸(細胞内)の生産を促進したり、紫外線などによる肌の酸化から細胞を守るためにマグネシウムが有効であるという結果が報告されています。

マグネシウムがお肌の味方としてますます身近になる未来は近いかもしれません。

他の様々な体の不調

リラックス・ミネラルとしての効果やお肌の保湿・保護だけに限らず、様々な症状に対してマグネシウムが重要な役割を果たしていることが分かっています。

例えば...



などなど

今、この瞬間もマグネシウムと様々な症状の改善に対する研究は進められています。多くの研究者に期待されているマグネシウムは、今後も私たちの健康にとって有益なミネラルであるということがさらに証明されていくことでしょう!

Adopt magnesium into daily life.

マグネシウムを生活に取り入れる方法

一日に必要な マグネシウム量は？

私たちが生きていくため、そして様々な体の不調に打ち勝つためにマグネシウムが非常に重要であることを前章でご紹介しました。

この章ではマグネシウムをどのように取り入れていくのかをご紹介します。



1日に必要なマグネシウムはどのくらい？

マグネシウムの推奨摂取量は成人男性で約350mg～370mg、成人女性で約270mg～290mgとされています。詳しくは下の表をご覧ください。

年齢	男性		女性	
	推定平均必要量	推奨量	推定平均必要量	推奨量
15-17歳	300	360	260	310
18-29歳	280	340	230	270
30-64歳	310	370	240	290
65-74歳	290	350	230	280
75歳以上	270	320	220	260

※食事摂取基準(2020年版)より

(単位:mg)

妊娠中の方はさらに多くのマグネシウムの摂取が推奨されます。

妊娠中の方のマグネシウム推奨接種量			
年齢	推定平均必要量		推奨量
20代	230	さらに80mgの接種を推奨	310
30代	240	さらに90mgの接種を推奨	330

(単位:mg)

日本人の大半は
マグネシウム不足!?

マグネシウムの推奨摂取量に対し厚生労働省が公表している「国民健康・栄養調査」によると、実際の摂取量は平均で男性が約240mg、女性が200mgとのこと。

男性だと一日約100mg、女性だと約80mgも一日で不足していると言われています。

マグネシウムを摂る方法を解説します！

いよいよ具体的にマグネシウムを摂る方法をご紹介します！
マグネシウムを摂るには以下の3つの方法があります。

- 

食べ物から摂る

マグネシウムを多く含む食品を積極的に摂りましょう。ひとつの食品から摂ろうとするのではなく、様々な種類の食品を組み合わせることがポイントです。
- 

サプリメントから摂る

食事からの摂取で足りない分はサプリメントで補うことも効果的です。
- 

皮ふから摂る

食事から十分に摂取できない場合やサプリメントが体に合わないという方は、気になるところに直接塗ることができるバームやローション、クリームを使って経皮からマグネシウムを吸収させる方法もあります。

実は、マグネシウムを含むミネラルは体内では生み出すことができません。

五大栄養素とされるビタミン、ミネラル、脂質、タンパク質、炭水化物のうち、ミネラルだけが無機質(金属類)であり、私たちの体内で作ることができないのです。ですから、上記3つの方法で体の外から取り入れる必要があるのです。

ここからは、それぞれの摂取方法について詳しく解説していきます！

1 食べ物から摂る



ビタミンの補給にみかんを食べたり、カルシウムを摂るのに牛乳を飲んだりするようにマグネシウムの補給も食事が基本です。

マグネシウムを多く含む食品トップ10

No1	あおさ/素干し	含有量	3200	No5	ひとえぐさ/素干し	含有量	880
No2	あおのり/素干し	含有量	1400	No6	こめ/米ぬか	含有量	850
No3	てんぐさ/素干し	含有量	1100	No7	バジル	含有量	760
No3	わかめ/乾燥わかめ	含有量	1100	No8	ふのり/素干し	含有量	730
				No9	刻み昆布	含有量	720
				No10	ながこんぶ/素干し	含有量	700

※食品成分データベースより

(単位:mg)

海藻類はマグネシウムが豊富な海で育つため
海藻類が上位を占めていますね!

米ぬかやバジル、かぼちゃの種やアーモンドといった食べられる種子類やナッツ類にも
マグネシウムは多く含まれています。

現代の食事でマグネシウムが不足しやすい理由

マグネシウムが不足しやすい大きな原因は、ハンバーガーやフライドチキンなどを食べる機会が増えたこと。いわゆる「食の欧米化」と言われています。マグネシウムを多く含む食品トップ10を見ればわかるようにマグネシウムを多く含む食材は玄米や海藻類など、和食でよく使われる食材です。マグネシウムが豊富に含まれる和食を食べる機会が減ったことがマグネシウム不足の原因、と言い換えることができるかもしれません。さらに土壌の変化により、野菜などに含まれるマグネシウム値が年々減っているというデータもあります。日頃の食事からマグネシウム量を意識することがとても大切です!

※文部科学省「日本食品成分表 初版と2015年版」より

2 サプリメントから摂る



サプリメントからマグネシウムを摂る方法も、効果的です。

1日に必要なマグネシウム量を食事だけでカバーしようとする、海藻類をたくさん取り入れるなど毎回の食事に工夫が必要になってしまいます。仕事や家事、育児で忙しい方にとって毎食の献立を考える作業は容易なことではありません。

お手軽にマグネシウムを摂取できるサプリメントは、マグネシウムの補給にとっても効果的な方法です!

ただし、高濃度のマグネシウムは胃腸では吸収されにくいことが難点です。さらに、体に合わない場合には下痢や吐き気・嘔吐などを引き起こしてしまうことが報告されています。リスクを避け、吸収を良くするためには「少しずつ小分けにして飲む」「食後にサプリメントを飲む」など体への吸収を緩やかにする工夫をしましょう。

3 皮ふから摂る



マグネシウムは皮ふから摂ることもできます!

「マグネシウムを意識して毎日献立を考えて調理するなんて大変!」「サプリメントが体に合わない」という方に特におすすめしたいのが、皮ふからのマグネシウム補給。気になるところに直接塗ることで経皮吸収するという方法です。

経皮吸収では、入浴剤としてお風呂に入れるエプソムソルトやバーム、クリームを使用します。マグバームもこの方法にあたります。

実際の研究でも、マグネシウムを溶かしたお湯に数日間入浴すると体内の血中マグネシウム濃度が上がることが実証されており、マグネシウム補給の方法として、今、大注目されているのです!

About Organic Science.

オーガニックサイエンスについて

オーガニックサイエンスとは？

私たちオーガニックサイエンスの使命は、
マグネシウムを中心とした製品を通して
皆さまの幸せと健康に貢献することです。

♡ お客様へのお約束

- ・ドクターと連携し、科学的証明を持った製品を造る
- ・科学的根拠に基づいた信頼のできる情報や研究内容を伝える
- ・お客様との関係を通じて常に製品の改良に努める
- ・製品を改善し、安全面・機能面で期待以上のものを提供する
- ・イベントや情報発信を通じてお客様の声を取り入れる
- ・頂いたお客様の声に真摯に向き合い、その声を実現にするため力を尽くす

私たちは、弊社の製品やサービスを通してお客様にご満足いただき、
幸せを届けることが社会全体の利益につながると考えています。
幸せな人々との交流は、その幸せな人の周りにいるすべての人々の生活にも良い影響を与えます。
すべての幸せの基本は生活の質(Quality of Life)であり、
私たちはその質を高めるために努力しています。

もし何らかの理由で私たちの製品やサービスにご満足いただけない場合、
あるいは皆さまの生活の質に影響を及ぼしている問題やご質問などがある場合は
いつでもご遠慮なく私たちへご連絡いただけたらと思います。

「オーガニックサイエンスを選んでよかった。」

その一言のために、私たちはこれからも活動を続けていきます。

▶ Tel : 0120-659-151
▶ Mail : support@organicscience.jp

MG Balm.

マグバーム

マグバームは日本オーソモレキュラー医学会より正式に推奨製品として認定されるだけでなく、様々なクリニックでも扱われ、その品質が認められています。



MG Balm
マグバーム

マグバームはどうやって誕生したの？

さまざまな不調に苦しんだ経験のある

オーガニックサイエンス代表・鎌田自身がマグネシウムの重要性に気付き、欧米のマグネシウムサプリメントやクリームを使ってみた体験からその素晴らしさを実感したことがマグバーム開発のきっかけでした。

初めまして。マグバーム開発者の鎌田貴俊です。

マグバームは、多くの医療機関や専門治療機関から認められています。

中でも、3人の先生方のお声をご紹介します。

—アトピーを完治させた整体院・児玉先生

「25年以上アトピーに悩みながら、ステロイドなしでアトピーを完治させた経験のある私が、スキンケアとしてマグバームをおすすめします。」

—美容・アンチエイジング専門医・黒田先生

「美容皮膚科でお会いするほぼ全ての方がマグネシウムの理想値には達していません。マグネシウムを積極的に摂取することをおすすめします。」

—日本オーソモレキュラー医学会・柳澤厚生代表理事

「世界で注目されているマグネシウムをいち早く日本人向けにアレンジした斬新性だけでなく、成分のこだわり、安全性、実績、研究姿勢などを総合的に判断し、日本オーソモレキュラー医学会推奨製品に認定しました。今後の様々な分野での応用にも期待しています。」

3人の先生方をはじめとして、多くの医師たちに認められ

70以上のクリニックで取り扱いされています。

マグバームが、皆さまのお役に立てることを楽しみにしております。

オーガニックサイエンス代表 鎌田貴俊

鎌田貴俊

MG-LIPO.

マグリポ



2
100nm以下
のサイズ

1
最高峰の
技術

6
安心安全の
生産体制

3
日本初生産

マグリポの
こだわり

5
砂糖
不使用

4
美味しい味

体の中からマグネシウムケア

奇跡のミネラルと言われるマグネシウムは腸での吸収が非常に悪い栄養素。最新の技術で吸収率を飛躍的に高めました。

マグリポ 6つのこだわり

MG LIPO's 6 points

- 1 最高峰の技術**

リポソームは、有効成分(塩化マグネシウム)をリン脂質で2重の膜で包み込む技術。塩化マグネシウムを平均100nm(ナノメートル)以下の分子サイズにし、レシチンの1種・フォスホチジルコリン同士を結合させ塩化マグネシウムを隈なく2重に包みこみます。リポソーム化の割合を最大限に高め、リポソーム3,348mg/包と高配合を実現しました。
- 2 100nm以下のサイズ**

腸内での吸収を高めるため分子サイズを100nm(ナノメートル)以下にこだわり、体のすみずみまで浸透し、しっかり届けることを目指します。
- 3 日本初生産**

「マグネシウム」海外でもほとんどないマグネシウム・リポソームを数々の試作を経て、日本で初めて実現。
- 4 美味しい味**

マグネシウムが持つエグみと苦味に非常に苦勞しましたが、ゆず果汁とデーツ果汁を上手く活用し、毎日摂取しやすい美味しさを実現しました。
- 5 砂糖不使用**

味を整えるための不要な砂糖を使用していません。
- 6 安心安全の生産体制**

安全性を最重要視し、医薬品生産基準のGMP認定工場で生産。ISO22000も取得し、生産スタッフの意識も含め教育が行き届いています。



Product Information.

商品紹介

オーガニックサイエンスが研究開発した製品をご紹介します。マグネシウム不足に悩む方に貢献する方法を常に考えています。



毎日が楽になる塗るマグネシウムケア

肩首周り、顔、唇、腰、ふくらはぎなど、気になるところへ塗布し軽くマッサージするだけ。保湿力も強く、乾燥や肌荒れにも。

100%天然成分 / 日本人にあった処方 / 塩化マグネシウム配合 / 合成界面活性剤不使用 / 保存料・防腐剤・安定剤不使用 / 100人以上にモニターし、再試作を何度も経て製品化 / 日本オーソモレキュラー医学会推奨製品 / 多くのプロアスリートが筋肉ケアに使用 / 70以上の医療機関にて取り扱い中 (2022年11月現在)



MG Balm Original

マグバーム 100g

全成分(由来)

コメヌカ油(米)、ミツロウ(セイヨウミツバチの巣)、水、ステアリン酸グリセリル(ヤシの実)、シア脂(シアの種子)、塩化Mg(海水)、オリーブ油脂肪酸セテアリル(オリーブ)、オリーブ油脂肪酸ソルビタン(オリーブ)、ラウリン酸ポリグリセリル-2(ヤシの実)、カプリン酸グリセリル(ヤシの実)、ラウリン酸ポリグリセリル-10(バーム)、ヒマワリ種子油(ヒマワリ)、ホホバ種子油(ホホバ)、トコフェロール(ナタネ)

※14の添加物は不使用
パラベン、エタノール、紫外線吸収剤、鉱物油、シリコン、石油系界面活性剤、グルテン、人工香料、フタル酸、着色料、タル系色素、動物性原料、酸化防止剤、合成ポリマー不使用





MG Balm Aroma Lavender

マグバーム・アロマラベンダー 100g

全成分(由来)

コメヌカ油(米)、ミツロウ(セイヨウミツバチの巣)、水、ステアリン酸グリセリル(ヤシの実)、シア脂(シアの種子)、塩化Mg(海水)、オリーブ油脂肪酸セテアリル(オリーブ)、オリーブ油脂肪酸ソルピタン(オリーブ)、ラウリン酸ポリグリセリル-2(ヤシの実)、カプリン酸グリセリル(ヤシの実)、ラウリン酸ポリグリセリル-10(パーム)、ヒマワリ種子油(ヒマワリ)、ラベンダー油(ラベンダー)、ホホバ種子油(ホホバ)、トコフェロール(ナタネ)

New



MG Balm Aroma Orange

マグバーム・アロマオレンジ 100g

全成分(由来)

コメヌカ油(米)、ミツロウ(セイヨウミツバチの巣)、水、ステアリン酸グリセリル(ヤシの実)、シア脂(シアの種子)、塩化Mg(海水)、オリーブ油脂肪酸セテアリル(オリーブ)、オリーブ油脂肪酸ソルピタン(オリーブ)、ラウリン酸ポリグリセリル-2(ヤシの実)、カプリン酸グリセリル(ヤシの実)、ラウリン酸ポリグリセリル-10(パーム)、ヒマワリ種子油(ヒマワリ)、オレンジ果皮油(オレンジ)、ホホバ種子油(ホホバ)、トコフェロール(ナタネ)

トラベル
サイズ



人気のマグバームを持ち運びやすいサイズに。

Travel Pack (Original / Aroma Lavender)

トラベルパック 20g

全成分(由来)

コメヌカ油(米)、ミツロウ(セイヨウミツバチの巣)、水、ステアリン酸グリセリル(ヤシの実)、シア脂(シアの種子)、塩化Mg(海水)、オリーブ油脂肪酸セテアリル(オリーブ)、オリーブ油脂肪酸ソルピタン(オリーブ)、ラウリン酸ポリグリセリル-2(ヤシの実)、カプリン酸グリセリル(ヤシの実)、ラウリン酸ポリグリセリル-10(パーム)、ヒマワリ種子油(ヒマワリ)、ホホバ種子油(ホホバ)、トコフェロール(ナタネ)

Magnesium Liposome MG-LIPO マグリポ



毎日が楽になる飲むマグネシウムケア

奇跡のミネラルと言われるマグネシウムは腸での吸収が非常に悪い栄養素。最新の技術で吸収率を飛躍的に高めたマグリポは、ゆずとデーツの果汁を使用し毎日美味しく飲みやすい味に。

最高峰のリポソーム技術 / 分子100nm以下サイズ / 日本初マグネシウムリポソーム化 / 美味しい味 / 砂糖不使用 / 安心安全の生産体制 / リポソームマグネシウム3,348mg配合(マグネシウム77mg配合)



MG-LIPO

マグリポ 300g(10g×30本)

リポソームMg
3,348mg/本配合
(Mg77mg/本)
※推定値

全成分(由来)

ゆず果汁(国内製造)、デーツ濃縮果汁、グリセリン、塩化マグネシウム、レシチン(大豆由来)、香料、クエン酸、増粘剤(キサンタンガム)、唐辛子抽出物、トレハロース、甘味料(ステビア)、柿抽出物、炭酸ナトリウム

More to come.

私たちは常に新製品を研究・開発しています。

すでに製品化した製品も、お客様に寄り添うことを大切に製品の改良を続けています。

お客様の健康と幸せに貢献するという私たちの一番の願いを込めて、

皆さまのお声を日々の励みに、これからも新しい製品開発に取り組んでいきます。

30 Days Magnesium Challenge

30日間の マグネシウムチャレンジ

をご提案します!



本当にいい商品をつくり、皆さまに使っていただきたい。

その想いを達成するため、「**マグネシウム30日チャレンジ**」のご提案です。

マグネシウムを使用する前、そして30日間使用した後で変化を比べてみてください。

体や心に良い変化はありましたか?お悩みだった症状は少しでも和らぎましたか?

弊社の商品についてご満足いただけない場合、また使用方法などについて
アドバイスが必要な場合は、お気軽にオーガニックサイエンスまでご連絡ください。

最後まで読んでいただき ありがとうございました!

少しでも皆さまの健康に役立てるよう
オーガニックサイエンスでは医師や国家研究機関と連携し、
今もマグネシウムに関する更なる研究を進めております。

また、手軽にマグネシウムを取り入れられるようなレシピの開発も行っています。

弊社の最新情報やマグネシウムに関するコンテンツなどは
LINEからも定期的に配信しておりますので、
ぜひ私たちの公式LINEも登録してみてください。



またLINEからお問い合わせご希望の場合は
オーガニックサイエンスのお問合せ専用LINEもご用意しておりますので
お気軽にお使いください。
今後とも、オーガニックサイエンス社とその製品たちをどうぞよろしく願い致します。

LOVE...from オーガニックサイエンス

 ORGANIC SCIENCE

〈参考文献〉

マグネシウムとATP合成 : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10506126/>
マグネシウムと筋肉収縮の調整 : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7286246/>
マグネシウムが美肌に良い。ヒアルロン酸合成に関わる by 資生堂 :
<https://corp.shiseido.com/jp/news/detail.html?n=0000000003397>
https://corp.shiseido.com/jp/newsimg/3397_x7q37_jp.pdf