

マカデミアナッツオイル

マイルドなナッツオイルは、
肌と心にたとえようのない快い作用を及ぼします。

アロマセラピーのキャリアーオイルとして、さらに健康食品としても…

マカデミアナッツ油は、大変美味で栄養豊富な「ナッツの女王」と呼ばれている、マカデミアナッツから抽出された100%天然オイルです。

このオイルは、人の皮脂中に多量に存在するパルミトオレイン酸（POA）と代謝活性のよいオレイン酸を豊富に含むため、肌へ良く浸透し心地よい柔らかい皮膚感を与え保湿に効果的なオイルです。

そのため化粧品の原料に使われることも多いのが特徴です。

また、食用植物油としては唯一POAを豊富に含んでいますのでサラダドレッシングの材料として、炒め物やフライなどに使用して頂いても美味しく容易にPOAを摂取することが出来ます。

酸化しにくいいため加熱によって出来る有害な過酸化脂質を作る心配もありません。

他の食用油と混ぜて使用しても大丈夫です。

①パルミトオレイン酸とは

マカデミアナッツの脂肪酸には、植物油中 唯一パルミトオレイン酸が多量に含まれています。

このパルミトオレイン酸は、人間の皮膚にも多く含まれており、乳幼児から青年期にかけて増加し、老齢化にしたがって漸減していく脂肪酸です。

また脳内血管に入り込むことの出来る数少ない脂肪酸の一つとして知られており、脳内血管を活性化させ、脳卒中を予防するといわれています。

そのため、マカデミアオイル(マカダミアオイル)は、現在 健康食品の一つとして販売されています。

②酸化安定性が良い

オレイン酸が主体の脂肪酸組成ですので、酸化安定性に優れています。

この酸化安定性の高さが、高級化粧品にマカデミアオイルが使用されている理由でもあります。

主な作用、効果

- 1.皮膚の再生、保湿作用
- 2.血管病の予防効果
- 3.枝毛など毛髪の鱗層をなめらかにする効果

製品説明

産地	***** ケニア	主要成分	***** オレイン酸、パルミトオレイン酸、飽和脂肪酸
科名	***** ヤマモガシ科	性質	***** 原油時は黄褐色ナッツ臭、精製後は殆ど無色無臭
抽出部位	***** 果実	標準鹼化価	***** 195
抽出方法	***** 蒸気加熱圧搾法	消費期限等	***** 保存期間は製造後約1.5年、消費期限は開栓後1年
精製地	***** 日本	輸入会社	***** 株式会社ニダフジャパン

ご使用方法

そのまま、フェイシャルケア、ハンドケア、マッサージなどにお使いください。
元来食用油ですからサラダ、炒め物、等とても美味しく召し上げれます。



←
1 k g 缶入り
(お徳用)



←
化粧用などには
エアープンプ付きの容器に小分けして
お使い下さい
容器は100円ショップなどで
お買い求めになれます
写真の容器は30ml入りです

ご使用上の注意

皮膚などに異常を感じたときは、すぐに使用をおやめください。
乳幼児の手の届かないところに保管してください。
火気には注意してください。

マカデミアナッツオイルの特徴と商品の形態

脳卒中を予防するPOA

POA（パルミトオレイン酸）とはどんな脂質？

マカデミアナッツには約75%もの脂質が含まれています。脂質を含む食品はたくさんありますが、どんなタイプの脂肪酸（脂質のおもな構成成分）がどんな割合で含まれているかによって、その健康作用は変わってきます。脂肪酸はその構成により、飽和脂肪酸と不飽和脂肪酸とに分けられます。飽和脂肪酸は牛や豚など動物性の脂肪に多く含まれ、とりすぎると動脈硬化や心筋梗塞などの原因になるといわれています。飽和脂肪酸は中性脂肪と悪玉コレステロールの供給源になるからです。

一方、不飽和脂肪酸は植物性の油や魚の油に多く、悪玉コレステロールを減らし、心筋梗塞を予防するといわれてきました。その代表格が、リノール酸とEPA（エイコサペンタエン酸）です。

マカデミアナッツには不飽和脂肪酸の中でも一価不飽和脂肪酸（炭素の二重結合が1カ所の不飽和脂肪酸）が特に多く含まれており、脂肪酸全体の約80%以上を占めています。その大部分が、オリーブオイルでおなじみのオレイン酸と、POA（パルミトオレイン酸）。特にPOA（パルミトオレイン酸）は、マカデミアナッツの健康作用の要となる脂肪酸です。その含有量は脂肪酸全体の約18~22%を占め、ほかの食品と比べてもダントツ。10粒で約3gものPOAが含まれているのです。

脳卒中を予防するPOA

POAの健康作用が発見されたのは、こんな偶然がきっかけでした。島根医科大学の家森幸男教授は「脳卒中ラット」という、自然に飼育すると必ず脳卒中を起こす遺伝的特性をもつ実験用モデル動物を開発し、これをアメリカの研究機関に送りました。ところが、アメリカから「30%しか脳卒中が起こらない」と、クレームが来たのです。原因を究明したところ、アメリカと日本ではエサに含まれる脂肪の中身が違い、アメリカのエサにはPOAが5~10倍も多く含まれていました。

「このPOAが脳卒中を防いでいるのかもしれない」と考えた家森教授は、抽出した純粋なPOAを脳卒中ラットに与え、その効果を調べました。すると、POAを与えなかったラットでは平均33日で脳卒中を起こして死亡したのに対し、POAを1%混ぜたエサを与えたラットでは、何と約3倍の平均97日も生存したのです。

この実験では水の代わりに1%の食塩水を与えているため、かなり重症の高血圧になっているにもかかわらず、POA入りのエサを食べたラットでは脳卒中が起こりにくいのです。POA以外の脂肪酸でも同様の実験を行いました。動脈硬化の予防に効果のあるリノール酸などで実験しても、これほどの効果は見られませんでした。

しなやかで元気な血管を作る

では、POAはどのようにして脳卒中を防いだのでしょうか？ POAの体内での吸収先を調べると、一般の体細胞にはほとんど吸収されず、肝臓や血管細胞に多く吸収されていました。一方、リノール酸やEPAなど他の不飽和脂肪酸は、食べても血管壁の中の量は増えませんでした。

つまり、POAは血管に入り込みやすい性質をもっているのです。POAを摂取すると血管内に効率よく取り込まれ、血管壁細胞の栄養源である脂質を補給します。栄養をもらった血管は、血圧が高くなってもキズがつかず、出血が起きにくくなり、血管のキズがもとで血栓ができるのを防ぐのです。血圧そのものを下げる効果はなくても、高血圧の人には絶対に必要な栄養素と言えそうです。

日本人の脳卒中は、脳血管の栄養不足によって起きるものが大部分です。脳卒中を起こした人の脳を開いて見ると、血管が細くやせてしまっています。まさに栄養失調状態です。脳の血管の内側にはバリアがあり、限られた栄養素しか通さないしくみになっていますが、POAはこのバリアを通過できる数少ない脂肪酸です。老化とともにやせ細ってくる脳の血管を強く丈夫にしてくれるのがPOAであり、とくに日本人型の脳卒中の予防に効果が期待できるのです。

「第三の不飽和脂肪酸」として注目

POAは一価不飽和脂肪酸というタイプの脂肪酸で、多価不飽和脂肪酸の弱点をカバーする「第3の不飽和脂肪酸」として、にわかに注目が高まっています。

多価不飽和脂肪酸の代表格はEPAやDHA、リノール酸。EPAは「血液をサラサラにする油」、DHAは「頭をよくする油」、リノール酸は「悪玉コレステロールをへらす油」として、すでに有名です。ところが、炭素の二重結合を複数もつという構造上、これらの多価不飽和脂肪酸は「酸化されやすい」という弱点があります。

たとえばEPAは新鮮な魚を食べた時のみ有効ですが、ちょっと放置しておくとすぐ空気中の酸素と結びついて、有害物質でガンの原因になるともいわれている過酸化脂質をつくってしまいます。EPAはイワシに多く含まれますが、イワシを干物にするとかえって体に良くないのは、このためです。

これに対し、一価不飽和脂肪酸であるPOAは酸化されにくく、しかも動物性脂肪のように動脈硬化を進めることもありません。このことから、リノール酸やEPAの弱点をカバーし、血管を健康にする「第3の不飽和脂肪酸」として、脚光を浴びているのです。

健康と美容に役立つマカデミアナッツオイル

酸化に強く、コレステロールがゼロ

マカデミアナッツには約75%もの油分が含まれています。マカデミアナッツを丸ごと搾って得られるオイルが、マカデミアナッツオイル。香りがよく、油でありながら油っぽさを感じさせない軽く淡泊な味わいで、肉・魚料理やサラダなどの素材のおいしさを引き立ててくれます。

食用油の性質は、どんな種類の脂肪酸（脂質のおもな構成成分）がどれくらいの割合で含まれているかによって決まります。マカデミアナッツオイルは、その約80%が、酸化に対して非常に強い性質をもつ一価不飽和脂肪酸です。酸化に強いというのは、じつはとても大切なこと。何度か揚げ物に使った油は黒く変色して、イヤなおいさがしますよね。これが油の酸化。酸化した油は料理の味を損ねます。また、酸化しやすい油をとると、体内で油が酸化して過酸化脂質というものが作られます。この過酸化脂質は体に有害な成分で、細胞の老化やガンを誘発したり

その点、マカデミアナッツオイルは、一般の液状植物油と比べて数倍～数十倍の酸化安定性を有しています。揚げ物や炒め物などの加熱調理をしても酸化されにくいので、毎日の料理に安心して取り入れることができます。

また、植物油はすべてそうですが、マカデミアナッツオイルもコレステロールがゼロ。私たちが通常、食事から摂取するコレステロールは一日に平均300～500mg。高脂血症の人は300mg以下に抑えるのが望ましいとされています。コレステロールを控えたい人にもオススメです。

オレイン酸とパルミトオレイン酸（POA）が豊富

マカデミアナッツオイルに含まれる一価不飽和脂肪酸の中で最も多いオレイン酸は、オリーブオイルに多く含まれる脂肪酸としても有名です。オレイン酸は血液中の悪玉コレステロールだけを減らして、動脈効果や心臓病、高血圧を予防することです。また、胃酸の分泌をコントロールして胃酸過多や胃潰瘍を防ぐ、腸を滑らかにして便秘を予防、解消するなどの効果も認められています。

でも、マカデミアナッツオイルには、オレイン酸以上に健康効果のある一価不飽和脂肪酸が含まれているのです。それは、パルミトオレイン酸（POA）。POAはミンク油をはじめとする動物性油脂には比較的多く含まれていますが、一般の植物性油脂にはほとんど含まれていません。その唯一の例外が、マカデミアナッツオイル。POAが20%以上も含まれているのです。

しかも「マカデミアナッツプラザ」で扱うオイルは、POAの含有量が最も高いケニア産マカデミアナッツを100%使用。ナッツから搾った油（原油）を天然そのままに加工しています。

POAは脳血管に入ることができる数少ない脂肪酸で、脳をはじめ全身の血管の栄養となり、脳卒中や心臓病の予防に役立ちます。もちろん、マカデミアナッツそのものからもPOAは摂取できますが、健康成分は毎日食べてこそ意味があるもの。ナッツだと食べるのを忘れてしまうこともあるでしょうが、オイルであれば毎日の献立作りに自然な形で取り入れることができるので、無理なく続けて摂取できます。

また、POAは人間の皮脂のおもな構成脂肪酸でもあります。皮膚の細胞の再生・修復に関与し、年齢を重ねるほど濃度が低下することから、老化に関係している脂肪酸と考えられています。実際、若い人の皮膚にはPOAが多く含まれていますが、30歳代をすぎると加齢とともに減少していきます。

このことから、市販のシワ防止化粧品やアンチエイジング（老化防止）化粧品にも、マカデミアナッツオイルが配合された商品が出ています。マカデミアナッツオイルは滑らかで軽い触感で、伸びや肌なじみがよく、肌に素早く浸透します。そして、肌はしっとり、すべすべ。美容オイルとしてもたいへん優秀なのです。

「マカデミアナッツプラザ」で扱うオイルは、自然栽培に近い無農薬有機栽培で育てられた良質なケニア産マカデミアナッツを使用。マカデミアナッツの原油は黄褐色でナッツ特有の香りがありますが、特別な精製技術で加工しているため、ほとんど無色・無臭に近いのが特徴です。幅広い料理に使えるのはもちろん、肌や髪に塗る美容オイルとしても活用していただけます。このマカデミアナッツオイルはすでに健康食品として、健康食品コーナーや自然食品店でも話題になっているので、ぜひ試してみてください。

マカデミアナッツオイル 栄養分表示 (100g当たり)

エネルギー	900 Kcal
脂質	100g
蛋白質、炭水化物、ナトリウム	0
オレイン酸	58.5g (脂肪酸100g中)
パルミトオレイン酸	21.5g (脂肪酸100g中)
保存方法	直射日光等の強い光を避け、常温で保存
その他	寒冷時や冷蔵庫で保管すると白く濁ることがありますが品質に変わりありません。 加熱すると戻ります。

パルミトオレイン酸を多く含む食品

食品名	1回の使用量	パルミトオレイン酸の含有量
マカデミアナッツオイル	大さじ1 (9g)	1.98
マーガリン	大さじ1 (11g)	0.38
オリーブ油	大さじ1 (9g)	0.1
綿実油	大さじ1 (9g)	0.1
マカデミアナッツ	10粒 (20g)	3.09
ブラジルナッツ	10粒 (20g)	0.31
ピスタチオ	10粒 (20g)	0.23
うなぎ	1串 (80g)	1.9
本マグロ(トロ)	1人前 (80g)	1.32
ブリ	1切れ (80g)	1.07
アユ	1尾 (80g)	0.69

さらに、マカデミアオイル（マカダミアオイル）は、人皮脂に類似した脂肪酸組成をもち、人皮に極めてなじみ易いということで、二十年以上前から日本の高級化粧品の原料に使われています。

最近では、アロマセラピーのキャリアーオイルとしても、脚光を浴びています。

酸化安定性が良い

オレイン酸が主体の脂肪酸組成ですので、酸化安定性に優れています。

この酸化安定性の高さが高級化粧品にマカデミアオイルが使用されている理由でもあります。