

シンバイオティクス食品

「シンプロテック」

ビフィズス菌生菌含有食品

「ビフィズスプロ」を

ご使用になる皆さまへ



人も地球も健康に

**Yakult**



「ヤクルトメディカルバイオーム」とは、ヘルスケア領域におけるさまざまな課題に対して解決のサポートとなるマイクロバイオーム（細菌叢<sup>そう</sup>）研究やそれに基づく食品開発、新たな価値の創造などのヤクルト本社の事業活動を包括的に表した、独自の造語です。

## 目次

製品情報…………… P2～P10

- シンプロテック
- ビフィズスプロ

---

知っておきたい! お役立ち情報 …… P11～P17

- 腸と腸内細菌とのかかわり

# 「シンプロテック」とは

ヤクルト独自の2つの生きた菌  
(乳酸菌 シロタ株とビフィズス菌 BY株)と  
ガラクトオリゴ糖を一緒に摂れる  
シンバイオティクス食品です。



## お召しあがり方

1日当たり**1～3包**ずつを目安に、そのまま、または、  
お好みの量の水やお茶・ヨーグルト等に混ぜて、お召しあがりください。

●粉末と液糖は同時にお召しあがりください。



# [ シンプロテックの成分表 ]

名 称	シンバイオティクス食品（乳酸菌・ビフィズス菌生菌含有食品／オリゴ糖類食品）
原 材 料 名	オリゴ糖類食品（ガラクトオリゴ糖液糖（国内製造））、 乳酸菌・ビフィズス菌生菌含有食品（マルトデキストリン、 ばれいしょデンプン、乳酸菌乾燥末（乳成分を含む）、 ビフィズス菌乾燥末（乳成分を含む）、 とうもろこしデンプン／増粘剤（プルラン））
内 容 量	117.0g 乳酸菌・ビフィズス菌生菌含有食品 15.0g（1.0g×15包） オリゴ糖類食品 102.0g（6.8g×15包）
保 存 方 法	直射日光、高温多湿を避け保存してください。
販 売 者	株式会社ヤクルト本社 東京都港区海岸1-10-30
製 造 所	アビ株式会社 池田工場 岐阜県揖斐郡池田町小牛743-1

アレルギー物質（28品目中）	乳
----------------	---

栄養成分表示	乳酸菌・ビフィズス菌生菌含有食品 （1包（1.0g）当たり）	オリゴ糖類食品 （1包（6.8g）当たり）
熱 量	4.0kcal	18.3kcal
たんぱく質	0.01g	0g
脂 質	0g	0g
炭水化物	1.0g	5.1g
食塩相当量	0～0.1g	0g

# 「ビフィズスプロ」とは

大腸に生きてとどくビフィズス菌 BY株を配合した  
健康をサポートする**栄養補助食品**です。



## お召しあがり方

1日当たり**1～2包**を目安に、  
お好みの量のぬるま湯やミルク等(45℃未満)に  
溶かして、お召しあがりください。



# [ ビフィズスプロの成分表 ]

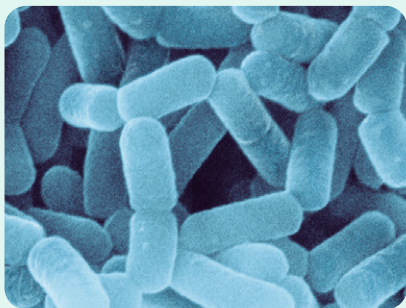
名 称	ビフィズス菌生菌含有食品
原 材 料 名	ばれいしょデンプン(国内製造)、 ビフィズス菌末(ビフィズス菌乾燥末(乳成分を含む)、 とうもろこしデンプン)、デンプン分解物
内 容 量	30g(1.0g×30包)
保 存 方 法	直射日光、高温多湿を避け保存してください。
販 売 者	株式会社ヤクルト本社 東京都港区海岸1-10-30
製 造 所	アビ株式会社 池田工場 岐阜県揖斐郡池田町小牛743-1

アレルギー物質(28品目中)	乳
----------------	---

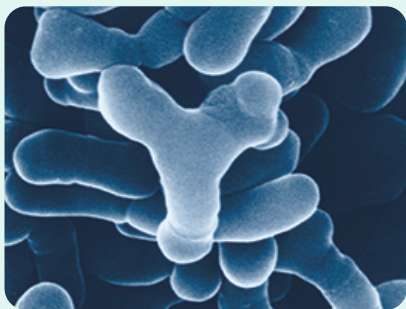
栄養成分表示	ビフィズス菌生菌含有食品 (1包(1.0g)当たり)
熱 量	3.7kcal
たんぱく質	0.03g
脂 質	0g
炭水化物	0.9g
食塩相当量	0~0.1g

## 安全性が認められた ヤクルト独自の乳酸菌・ビフィズス菌は、 生きて腸にとどきます。

乳酸菌 シロタ株やビフィズス菌 BY株は、ヤクルト本社中央研究所での安全性試験や長年の飲用経験に裏打ちされた安全な菌で、胃液などの消化液に負けずに生きて腸までとどきます。



乳酸菌 シロタ株



ビフィズス菌 BY株



オリゴ糖(ガラクトオリゴ糖など)や食物繊維には、ビフィズス菌や乳酸菌のはたらきを助ける作用があります。

### ガラクトオリゴ糖の特徴

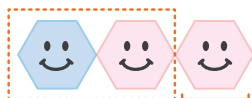
ガラクトオリゴ糖は母乳や牛乳に含まれる成分です。

□・胃・小腸でほとんどが分解されずに大腸に到達する

主にビフィズス菌に利用される

腸内のビフィズス菌や増殖を促進

#### ガラクトオリゴ糖



ラクトース (乳糖)      ガラクトース 1~数個

乳糖にガラクトースが1~数個くっついているのがガラクトオリゴ糖です。



## よくあるご質問 ①



シンバイオティクス食品とは  
なんですか？

乳酸菌・ビフィズス菌などとガラクトオリゴ糖などを組み合わせた食品です。



アレルギーがあるのですが、  
飲んでも大丈夫ですか？

食品によるアレルギーが認められる方は  
原材料名をご確認ください。  
乳など、なにかしらのアレルギーをお持ちの  
場合は、医師にご相談ください。

## よくあるご質問 ②



乳酸菌 シロタ株や  
ビフィズス菌 BY株はいつ摂るのが  
よいですか？

乳酸菌 シロタ株やビフィズス菌 BY株は、いつ摂取しても問題ありません。



幼児や子どもに飲ませても  
よいですか？

食品ですので、幼児や子どもがお飲みになっても安全面においては問題ないと考えますが、医師からご指示がある際は、その指示に従ってご使用ください。

## 「シプロテック」と 「ビフィズスプロ」のご使用上の注意

- ・分包開封後は、お早めにお召しあがりください。
- ・お薬を処方されている方は、医師にご相談ください。
- ・体質により、まれに身体に合わない場合があります。  
その場合はご使用を中止してください。
- ・乳幼児の手の届かない所に保管してください。
- ・分包の角や端などで手などを切らないよう、  
お気をつけください。
- ・製品中にまれに黒色の微粉が含まれていることがありますが、  
原料由来の成分であり品質には問題ありません。
- ・食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

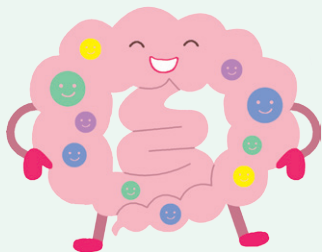


# 知っておきたい！ お役立ち情報

腸と腸内細菌とのかかわり

# 〔 腸のはたらき① 〕

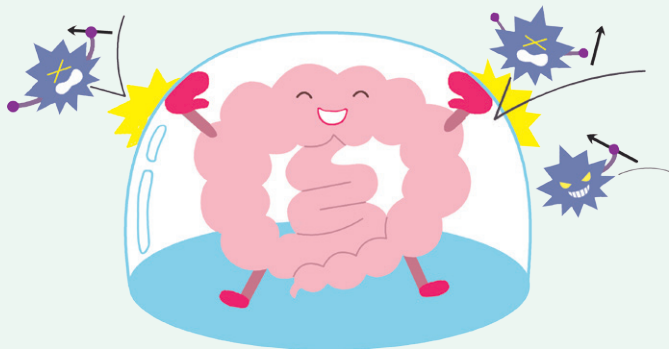
## 腸の主な3つのはたらき



① 食べ物を消化し、  
栄養素を吸収する。



② 水分を吸収して便を作り、  
体外に排出する。



③ 外敵などから、体を守る。

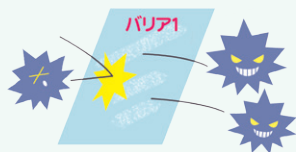
# [ 腸のはたらき② ]

## 腸のバリア機能

私たちが食事を摂るとき、食べ物と一緒にさまざまな病原体が侵入してきます。そのため腸には幾重にも防御システム(バリア)が備わっています。

### 第1のバリア

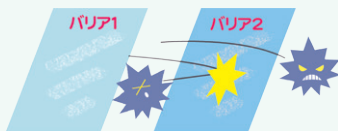
#### 腸内フローラ



腸内にすみついている細菌(常在菌)は、病原体が増えるのを抑えます。

### 第2のバリア

#### 腸の粘膜組織



腸の表面は、粘液に覆われていて、侵入してきた病原体がすみつくのを邪魔します。

### 第3のバリア

#### 腸の免疫組織



腸には強力な免疫組織が備わっていて、第1、第2のバリアを突破してきた病原体を撃退します。

これらのはたらきには、**良好な腸内フローラの維持**が重要です。

# 〔 腸内フローラとは 〕



## おなかの中の、“お花畑”

おなかの中には、いろいろな菌がすみ着いていて、その様子がお花畑 (flora) のようなので、腸内フローラと呼ばれています。腸内フローラを構成している腸内細菌は、人に良いはたらきをする有用菌、悪いはたらきをする有害菌、どちらにも区別されない菌に分けることができます。腸内フローラのバランスを良い状態に保つには、有用菌を優勢にし、有害菌の増殖を抑えることが大切です。



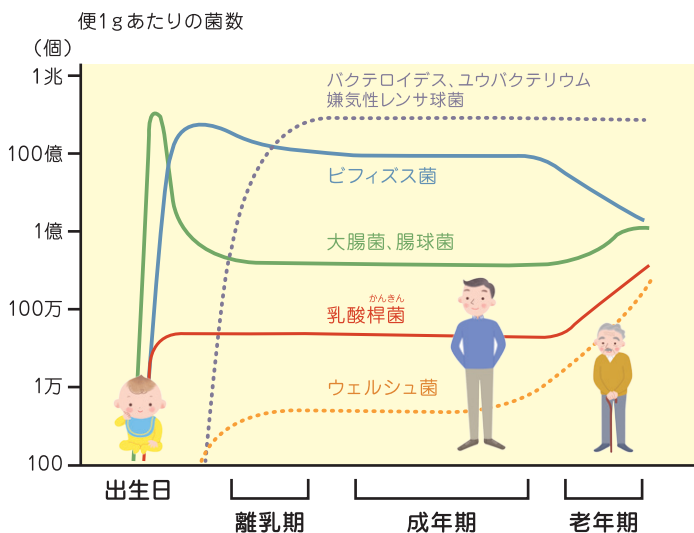
# 腸内フローラの バランスを崩す要因

健康を維持するためには、腸内フローラのバランスを良い状態に保つことが大切です。しかし、腸内フローラのバランスは、偏った食事、加齢、ストレス、くすり、細菌感染などの要因によって崩れてしまいます。



# 年齢による 腸内フローラの変化

加齢に伴い、高齢者の腸内フローラでは、ビフィズス菌の減少と有害菌であるウェルシュ菌の増加がみられます。



光岡知足, 腸内細菌の話, 岩波新書, 1978, 218p.

# 腸内フローラの バランスを整えるために

規則正しい生活習慣を心がけましょう！

バランスのとれた食事



良い菌を送り込む



ヨーグルト、キムチ、納豆など

適度な運動



十分な睡眠・ストレス解消




「シプロテック」「ビフィズスプロ」の  
購入はこちら

<https://yakultsynbiotics-products.jp>



【お電話でのご注文はこちら】

 **0120-34-8960**

受付時間／10:00～16:00（土・日・夏季休業・年末年始等を除く）

商品に関するお問い合わせ

ヤクルトお客さま相談センター

 **0120-11-8960**

携帯電話・PHSからはナビダイヤル☎0570-00-8960へお願いします。

（通話料お客さまご負担:20秒ごとにおよそ10円）

受付時間／10:00～16:00(土・日・祝日・夏季休業・年末年始等を除く)