



今夏注目のスーパーフード&ウェルネスドリンクの2大キーワード

熱中症対策に！「ソルトカスタマイズ」

夏バテ解消に！「アップルビネガードリンク」

一般社団法人日本スーパーフード協会（所在地：東京都港区、代表理事 勝山亜唯美）は、2017年7月25日（火）～7月27日（木）に開催された「ウェルネスフードジャパン2017」にてセミナーに登壇し、今夏のスーパーフード&ウェルネスドリンクのトレンドとして、2つのキーワード「ソルトカスタマイズ」、「アップルビネガードリンク」を紹介しました。

スポーツシーンからタウンウォーク、ワーキングシーンまで、すべてに手軽に取り入れられるスタイルなので、今すぐ真夏のビューティー&ヘルスケアにとりいれてみてはいかがでしょうか。

■Keyword 1：熱中症対策に塩をチョイ足し！「ソルトカスタマイズ」

厚生労働省では、熱中症対策の1つとして、WBGT（暑さ指数）が基準値を超える場合は、水だけではなく、少なくとも、0.1～0.2%の食塩を加えたものをこまめに飲むことを推奨しています。

「ソルトカスタマイズ」とは、毎日飲んでいるペットボトル入りのドリンクに、食塩をひとつまみ加えて飲むスタイルのこと。ドリンクの見た目は変わらないのに、味がほんのりしょっぱくなって夏には美味しく感じられる熱中症対策ドリンクに変身します。

会場内のエナジービューティーバーのコーナーでは、1日分の天然ビタミンCで紫外線対策にもなるアセロラドリンクを使って、熱中症対策に適切に食塩濃度をカスタマイズする計算方法を紹介。

また、最近では、表参道や青山などで、ハーブやフルーツ入りのタンブラー（ウォーターボトル）をアクセサリ感覚で持ち飲み歩くのがブームになっていることから、「ペパーミントでリラックス」「チアシードでアミノ酸補給」、など、タンブラーでのカスタマイズも展示。スポーツシーンには珍しい、ピンクカラーのかわいさが来場した女子たちの注目を集めていました。



チアシード、ハーブ、塩でアセロラドリンクをカスタマイズ♪

■Keyword 2 : 夏バテ解消にりんご酢！「アップルビネガードリンク」

お酢には疲労回復効果があるといわれますが、その理由は、お酢に含まれる有機酸が疲労のもととなる乳酸を分解してくれるためです。お酢を毎日飲む習慣が世界中で広がっていますが、アメリカのホールフーズマーケットでは、2017年トレンド予測の1位を、「健康的なトニック・ウォーター (Wellness Tonics)」とし、使用材料にりんご酢を挙げています。りんご酢にはクエン酸だけでなく酸味がマイルドなりんご酸が含まれており、これがツンとするお酢が苦手な人にも受けています。

アップルビネガードリンクで今夏注目の「スイッチェル」は、りんご酢に蜂蜜、生姜を加えてつくられる自然派ドリンク。古代ギリシャの医師が開発したとされ、最近、アメリカやフランスのヘルスコンシャスな女子たちが、ヨガや仕事の合間に飲むリフレッシュドリンクとしてオシャレによみがえりました。



「シャンティスイッチェル」(販売 Karatsu Style)