



20年以上の
研究実績!

創業22周年

ありがとう 126件 研究 総まとめ集



わかさ生活は創業22周年を迎えることができました! これもひとえに、
『ブルーベリーアイ』を愛して下さる皆さまのおかげと感謝しております。
22年前は、ブルーベリーはおろかブルーベリーが目に良いと知っている人は
ほとんどいませんでした。ブルーベリーが持つ素晴らしい効果を知ってもらい
たいと思い、「わかさ生活 みらい研究所」を設立し、ブルーベリーの研究を
行なっています。その研究・論文発表の数はなんと126件にもなります!
今回はその中から3つの研究内容を紹介させていただきますね♪



もっと研究内容を知りたい方はコチラ

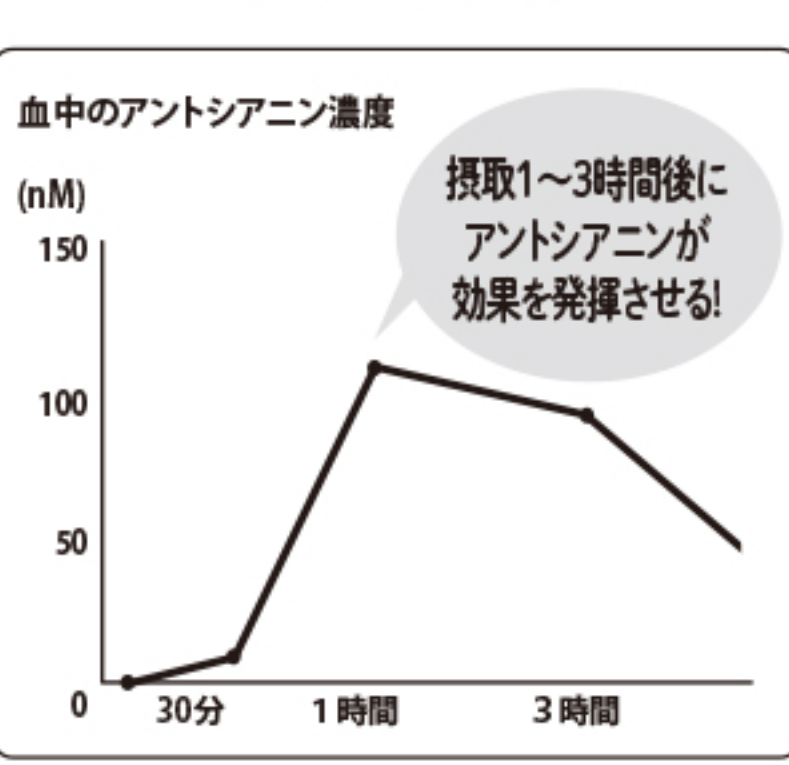
わかさ生活 みらい研究所

検索

続けると良い! 研究結果

ビルベリーの 効果は24時間続く

食べ物に消化が速いものと遅いものがあるように、
ビルベリーに含まれる「アントシアニン」は
いつ摂れば効果的なのか?ということも
わかさ生活 みらい研究所では研究しています。
アントシアニンは腸で吸収され、血液にのって、
摂取1~3時間後に全身を巡ります。そして
24時間健康パワーを発揮して、その後尿と一緒に
排出されるのです。だから、『ブルーベリーアイ』
は毎朝続けることが大切なんです♪



研究機関: 宮崎大学・わかさ生活 [共同研究]
研究発表名: Practical application of flavonoid-poor menu meals to the study of the bioavailability of bilberry anthocyanins in human subjects. 日本語題目: フラボノイド欠乏食を用いた、ヒトにおけるビルベリーのアントシアニンの生物学的利用能の研究 (2014年10月 Biosci Biotechnol Biochem.)

●ビルベリー→ブルーベリーの一種で北欧産野生種ブルーベリー

第44回

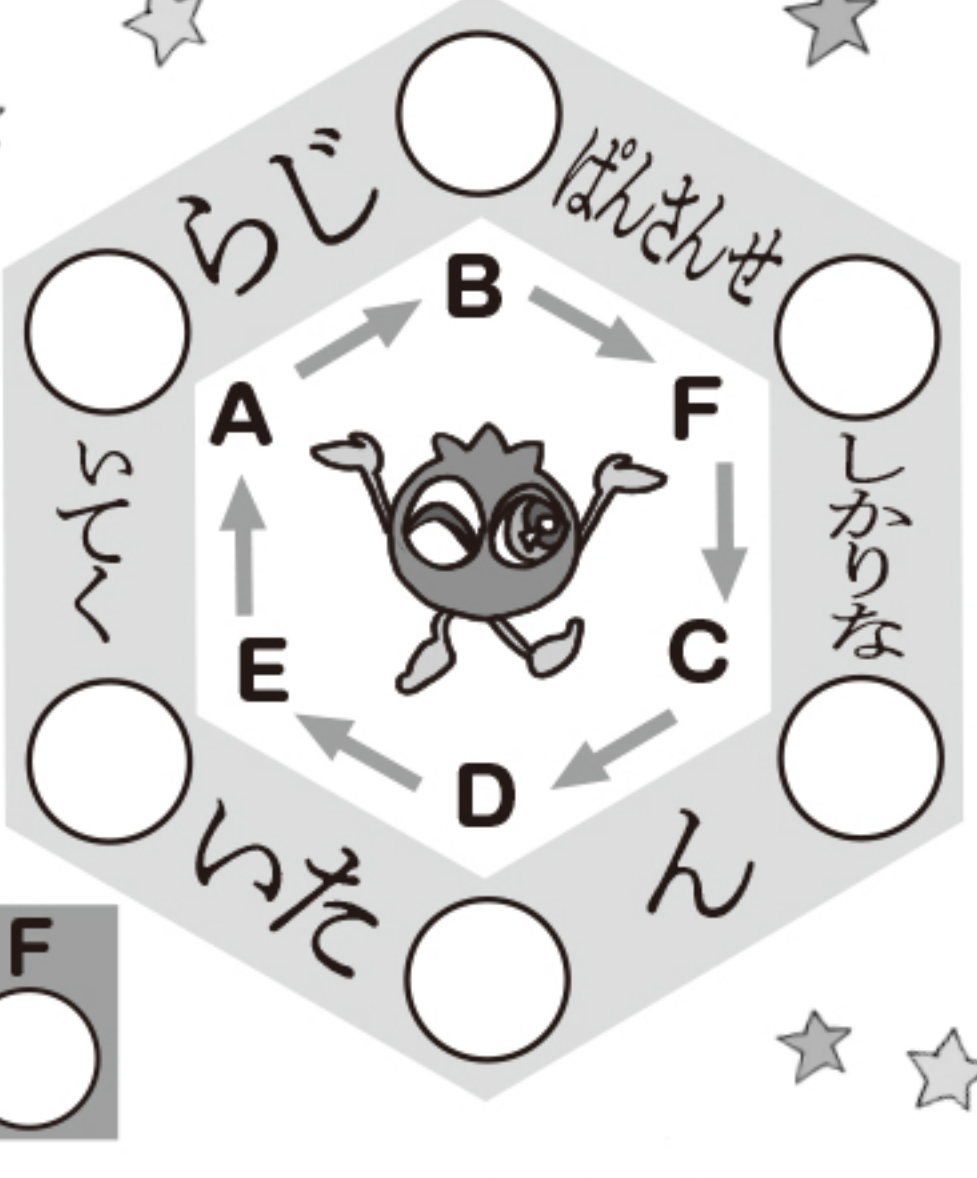
クイズ 甲子園

問題文 A~Fの穴を埋めて、答えを
考えてみてね。A~Fは矢印
の方向に読めますヨ♪

答え

A B C D E F

○ ○ - ○ ○ - ○ ○



もっとクイズに
挑戦したい方は

脳トレクイズや脳活をサポートする情報サイト

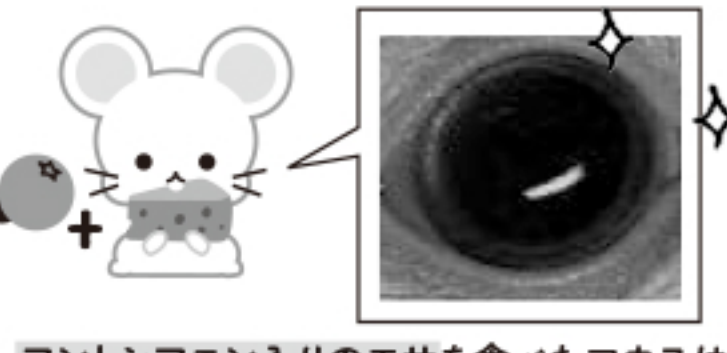
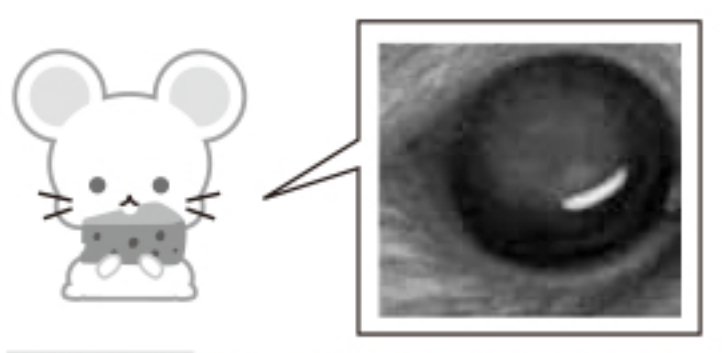
あたまナビ

検索

目の病気に対する 研究結果

ビルベリーと 白内障の良い関係

一生使う「目」だから病気にもならず、
はっきり見える健康な状態を保ちたいですよね。
わかさ生活 みらい研究所では、ビルベリーが
目の病気に対して効果があるのか様々な研究を
しています。その中でも「白内障」は、年齢を
重ねると多くの人に起こるといわれています。
ビルベリーに含まれる「アントシアニン」と
いう成分が目の細胞を守り、白内障を予防
する可能性があります。研究で確認されています。



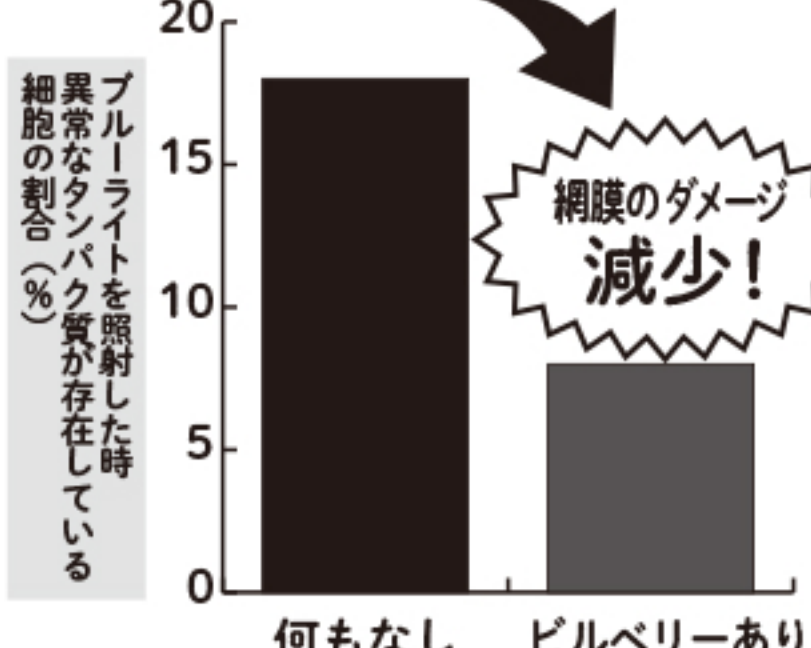
研究機関: 同志社女子大学・わかさ生活 [共同研究] 研究発表名: 白内障に対する
ビルベリーエキスの抑制効果 (2004年10月 第51回日本栄養改善学会学術総会)

●ビルベリー→ブルーベリーの一種で北欧産野生種ブルーベリー

現代人の目を守る 研究結果

ビルベリーで ブルーライトから目を守る

気づけば片手にスマホ、なんて人が多い
のではないのでしょうか。とても便利な
一方、スマホや蛍光灯から出ている
「ブルーライト」は目の細胞を傷つけたり、
体内時計に影響するといわれています。
わかさ生活 みらい研究所では、ビルベリーに
含まれる「アントシアニン」にブルーライトから目の
細胞を守る働きがあることを発見しました。
ブルーライトなどの有害な光から、ビルベリーが
目を守ってくれる可能性を示しています。



研究機関: 岐阜薬科大学・わかさ生活 [共同研究]
研究発表名: Bilberry extract and anthocyanins suppress unfolded protein response induced by exposure to blue LED light of cells in photoreceptor cell line.
日本語題目: ビルベリーが目の光受容たんぱく質に及ぼす障害に対する、ビルベリーエキスのアントシアニンの保護作用 (2018年9月 Molecular Vision)

●ビルベリー→ブルーベリーの一種で北欧産野生種ブルーベリー

「22年間変わらないもの」画ササヤマナツ



わかさ生活 スタッフ 絵日記

vol. 33



クイズに応募して プレゼントを もらおう♪

20年以上研究を重ねた
こだわりの成分を凝縮!
『ブルーベリーアイ(15粒入り)』を2袋

※デザインは変わる場合があります

500名様にプレゼント!!

ご応募は「ハガキ」か、ホームページで
お願いします♪右のQRコードから、
わかさLINEでもお答えいただけます♪

☆当選者の発表はプレゼントの発送をもって
かえさせていただきます。

中面のクイズ甲子園の答えを
ハガキに書いてご応募
くださいね♪

応募〆切は、2020年
5/15(金)消印有効です

応募ハガキの書き方

切手 600-8008
京都市下京区
四條烏丸長刀鉾町22
わかさ生活
わかさニュースクイズ (257)

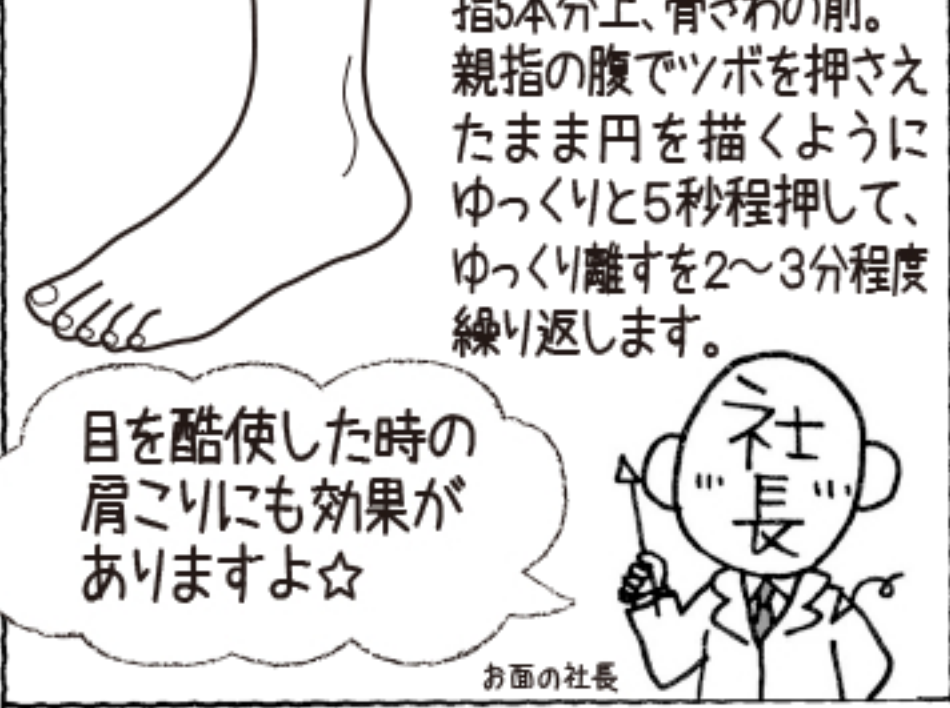
（おもて） （うら）

第40回 クイズ甲子園の答え

答えは
「ありがとう」
でした

かんたんツボ講座 (127)

老眼、目の疲れに効くツボ



わかさ生活の社会貢献活動 ブルーベリーリボン

一縁のeye基金 累計額 2020年
210,083,029円 2月末現在

わかさ生活では、お客様からご注文
いただいた商品1袋につき1円や寄付金を
一縁のeye基金に積み立て、社会
貢献活動に活用させていただいております。

ご協力
ありがとう
ございます