

Vol.3
2025.12

知れば知るほど
すごかった!!

高麗

人参のチカラ



研究開発室レポート

高麗人参の力で
自律神経をパワーアップして

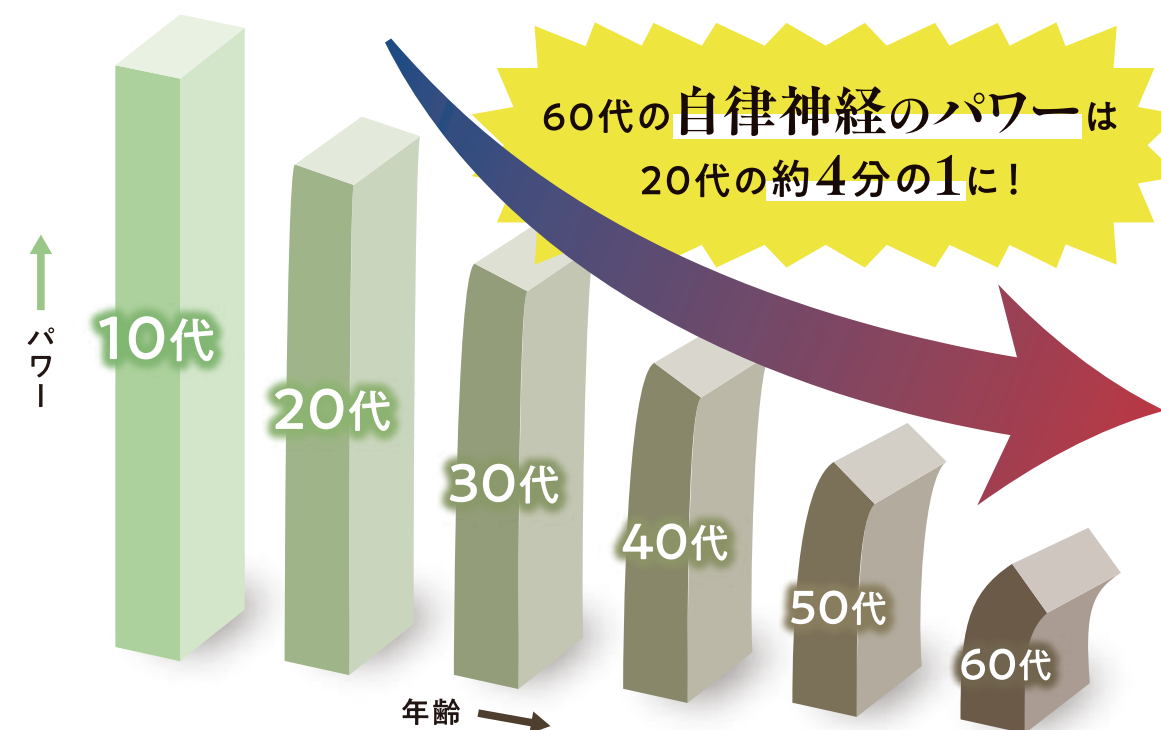
健康パワーを
取り戻す!!

高麗人参の力で

自律神経をパワーアップして
健康パワーを取り戻す!!

自律神経には、昼間の活動的なパワーを司る交感神経と、夜の休息パワーを司る副交感神経があります。この2つのバランスが乱れると、さまざまな不調が引き起こされます。自律神経のバランスを整え、パワーアップに効果がある高麗人参の働きをご紹介します!

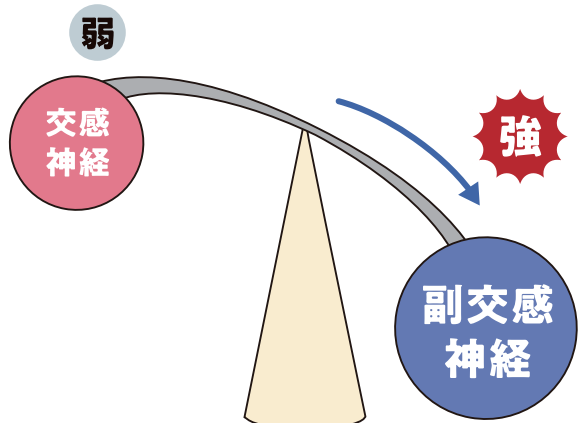
自律神経のパワーは 年齢とともに下がる!



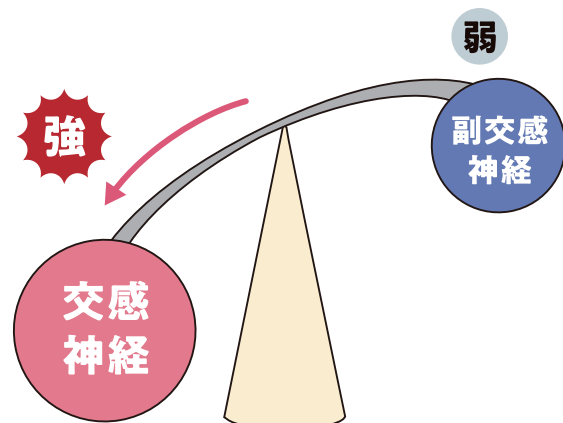
血液検査などで体力や健康が数値化されるように、私たちの体の働きを司る自律神経の伝達の強さ、すなわち「自律神経のパワー」も数値で表すことができます。そのパワーは年齢とともに下がり続け、40代では20代の約半分に、60代になると4分の1まで低下すると言われています。しかも、ストレスや生活習慣の悪化によって、自律神経のパワーダウンはさらに加速してしまいます。

自律神経は、私たちの生命活動に必要なすべての機能をコントロールしているため、そのパワーダウンは全身の不調や衰えにつながります。つまり自律神経のパワーダウンを抑えることができれば、年齢以上に衰えることを防ぎ、心身ともに若々しく過ごすことが出来るのです。

自律神経のバランスが崩れると…



やる気や集中力が出ない、
だるい、
免疫力も低下



頑張りがすぎてうまく休めず、
イライラしたり、不眠に

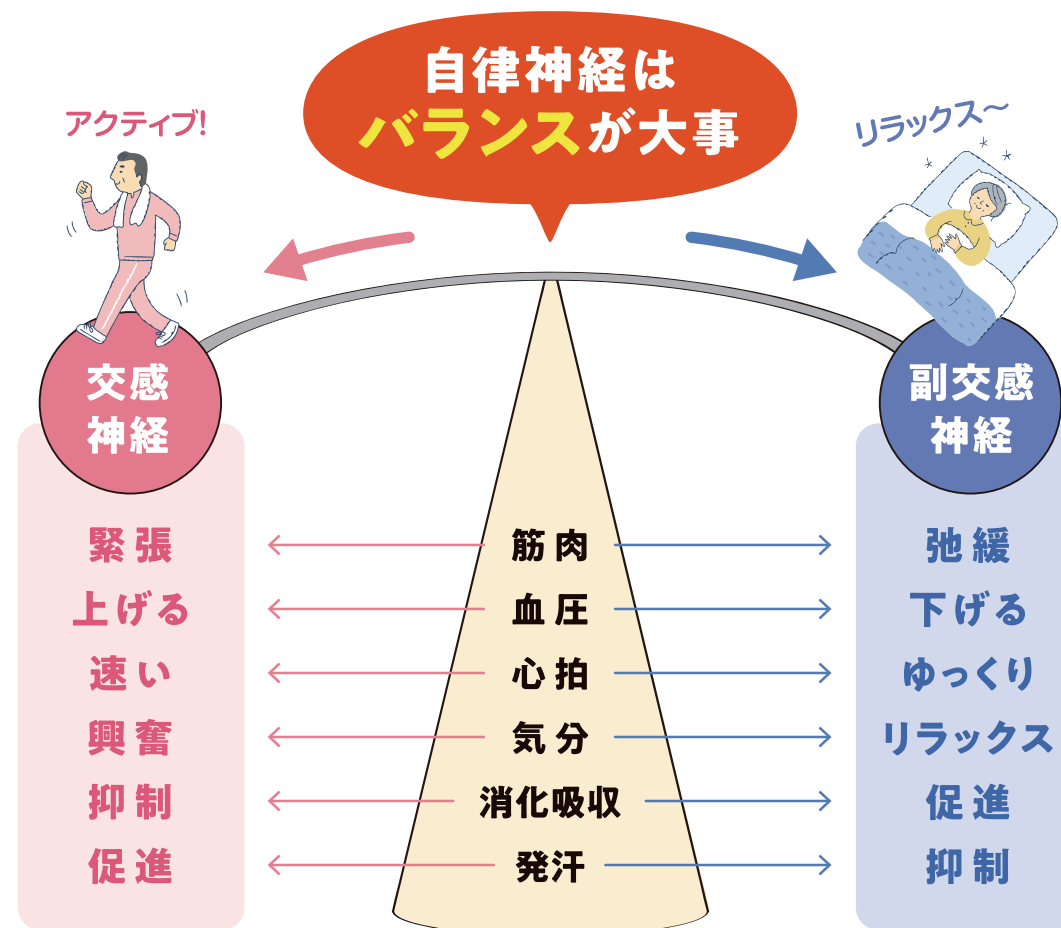
ストレスの多い
現代人が陥りがち!

上図の通り、現代人は副交感神経のパワーが足りない状態で自律神経のバランスが乱れている方がとても多いです。自律神経のバランスが乱れて

自律神経は、周囲に大きな変化がなければ程よく揺れながらバランスを保つことができます。しかし、現代社会は人間関係などで強いストレスを受ける場面が多いうえ、娯楽や誘惑も多くて生活習慣も乱れがちです。さらに昨今は、夏は酷暑、冬はドカ雪など厳しい気候変動もあり、自律神経は常に大きな影響を受け続けています。どちらかに大きく傾いた自律神経を、ほどよいバランスの状態に戻すためには大きなパワーが必要となります。しかし、そのパワーが不足していると大きく傾いたままの状態が続いてしまいます。

しまうと、血流や心臓の動きが乱れ、脳や臓器の働きも鈍くなります。すると、頭痛や便秘、めまい、冷え、肩こり、腰痛などさまざまな不快症状が現れ、疲れやすくなったり、髪や肌のツヤが失われたりします。また、体の不調だけでなく、気分が落ち込む、やる気が出ない、イライラする、眠れないなどメンタル面にも不調が現れます。さらに、加齢やストレスは、神経細胞にもダメージを与えます。ダメージを受けた細胞は、ちょうど鉄のパイプが錆びて目詰まりしたような状態になり、脳から体の各器官への指令をうまく伝達できなくなります。すると自律神経のパワーは低下し、バランスを取り戻す力がどんどん弱まります。その結果、心身の健康を保つことが出来なくなってしまうのです。

自律神経が乱れると さまざまな不調が現れる！



心と体の元氣のカギは 「自律神経」にあり！ 自律神経は どんな働きをしているの？

自律神経とは、心臓の動きや血圧を調整したり、食べものを消化したり、わたしたちの生命を維持する働きを一定に調節する重要な神経です。そのため私たちの意思とは関わりなく、24時間365日、休みなく働いています。

また、自律神経には交感神経と副交感神経の2つがあります。交感神経は、血圧を上げたり気持ちを高めたりする働きがあり、体が活動的な状態にある時や、昼間に活発になります。副交感神経は、筋肉を緩めたり、

血圧を下げたりする働きがあり、リラックスした状態の時や、夜に活発になります。

季節による気候の変化やストレスなどで、私たちの周りには常に変化しています。その周囲の環境に応じて、交感神経と副交感神経がバランスよく働くことで、体は心身の恒常性を保とうとします。相反する2つの働きが存在するのはそのためです。つまり、交感神経と副交感神経がお互いに補い合いながらバランスを取っている状態が健康を保つ理想的な状態といえます。

高麗人参には、交感神経の活動量と副交感神経の活動量を足した自律神経のトータルパワー（TP）を改善する働き（図1）があります。その結果、パワーダウンして実際よりも高くなっていた自律神経の年齢を本来の年齢へと下げる（図2）ことが試験によって証明されています。

自律神経のパワーがアップすると、血流が改善し各臓器の調子も良くなることで、なんとなくだるい、疲れがとれないといった不調も改善し、肌のハリや髪の毛のツヤも戻ってきます。体の調子がよいと、外出したり、新しいことに取り組もうという気力もわいてきます。その結果、心身両面から若々しく見えることにもつながるのです。

紅参の
効果

1

自律神経の活動量を上げ、若返る！

高麗人参が自律神経をサポート！

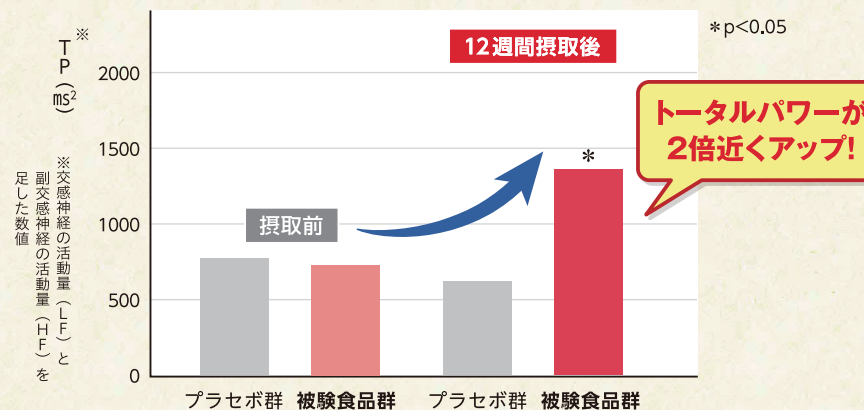


試験データ

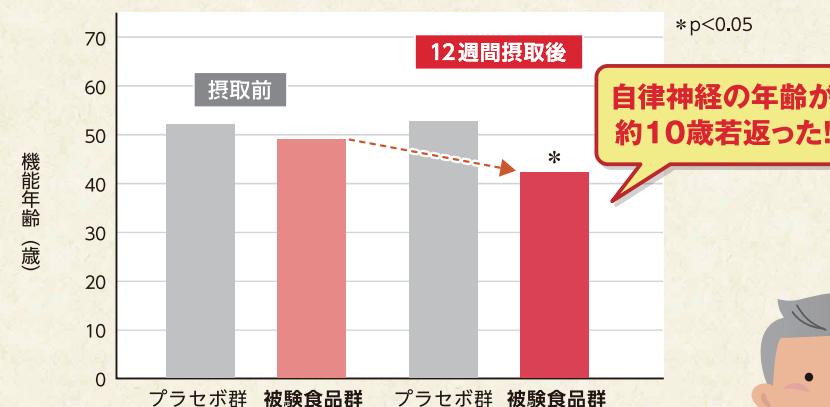
自律神経のバランスを整え
パワーアップ！

紅参熟成エキス摂取群は、自律神経のトータルパワーが有意に増加。そのパワーから計算した機能年齢は、**約10歳若返るという有意な改善がみられました。**

1 自律神経の活動量



2 自律神経機能年齢



<試験内容>

被験者：日頃から疲れやストレスを感じている健康な成人男女54名
 （紅参熟成エキス粒摂取群28名／プラセボ摂取群26名）
 被験食品：紅参熟成エキス粒（1日648mg）
 検査回数：2回（摂取前、12週間摂取後）



自律神経を整えて、
健康パワーを取り戻す！

ここまで述べてきたように、自律神経は体にとって大きな影響を与える神経です。心身のあらゆる不調は、自律神経のバランスの乱れとパワーの低下によると言ってもよいほどです。つまり逆に言えば、自律神経のバランスが整い、パワーがアップすれば、あらゆる不調が消え、健康パワーが高まるとも言えるのではないのでしょうか。

自律神経を整えるためには、規則正しい生活、栄養バランスのとれた食事、適度な運動が大切。しかし現代社会は大きなストレスが多く、それだけで健康を保つことは非常に難しいのも現実です。

そこで助けとなるのが高麗人参です。高麗人参には、直接的な作用によって自律神経のバランスを整える効果があるだけでなく、抗酸化作用によって神

経細胞のサビを防いで神経の伝達をよくする働きもあります。また、腸内環境を整えることで免疫力を上げたりするなど、さまざまな方向からアプローチして自律神経のパワーアップに役立ちます。さらに高麗人参は、交感神経と副交感神経、それぞれに働きかけることができるので、自律神経のトータルパワーを高めて、私たちの健康パワーをアップさせてくれることが期待できるのです。

病名のつかない不調に日々悩まされることがなくなると、気分も明るくなり、心身ともに若々しく元気な毎日を取り戻すことができるでしょう。

次ページから
具体的な効果を
紹介します！

紅参の
効果

2

神経細胞のサビを防いで
健康パワーの伝達力をアップ！

自律神経のパワーが衰えるのは、活性酸素の発生量と抗酸化力のバランスが崩れてしまうことが原因の一つです。

本来、活性酸素は人体に欠かせませんが、ストレスなどによって過剰に産生されると、体に備わっている抗酸化力だけでは消去きれず、神経細胞を傷つけてしまいます。すると、パイプが目詰まりしたような状態になり自律神経の命令がうまく伝わらず不調の原因となります。

高麗人参には、活性酸素の発生を抑制したり、活性酸素によるダメージを修復する「抗酸化力」を高める働きがあります。高麗人参の摂取で神経細胞のサビを防ぎ、健康パワーをアップさせましょう。

紅参の
効果

3

腸内環境を整えて
自律神経をサポート！

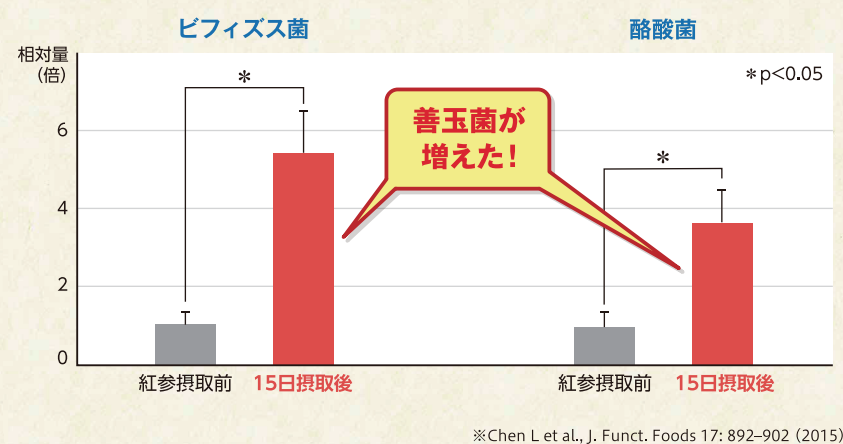
脳と腸は密接に関わっている、脳がストレスを感じると腸の働きが悪くなり、腸の調子が悪くなると脳もストレスを受けると言われています。つまり、自律神経のバランスを整えると、腸のぜん動運動が活発になり腸内環境が整う。一方、腸内環境を整えると、腸には免疫細胞の7割があることから、免疫力がアップして自律神経のバランスが整うという好循環が生まれます。

高麗人参には、腸内の悪玉菌を減らして善玉菌を増やすなど、腸内環境を整える力があります。高麗人参の摂取で腸内環境を整えて、自律神経のパワーアップにつなげましょう。

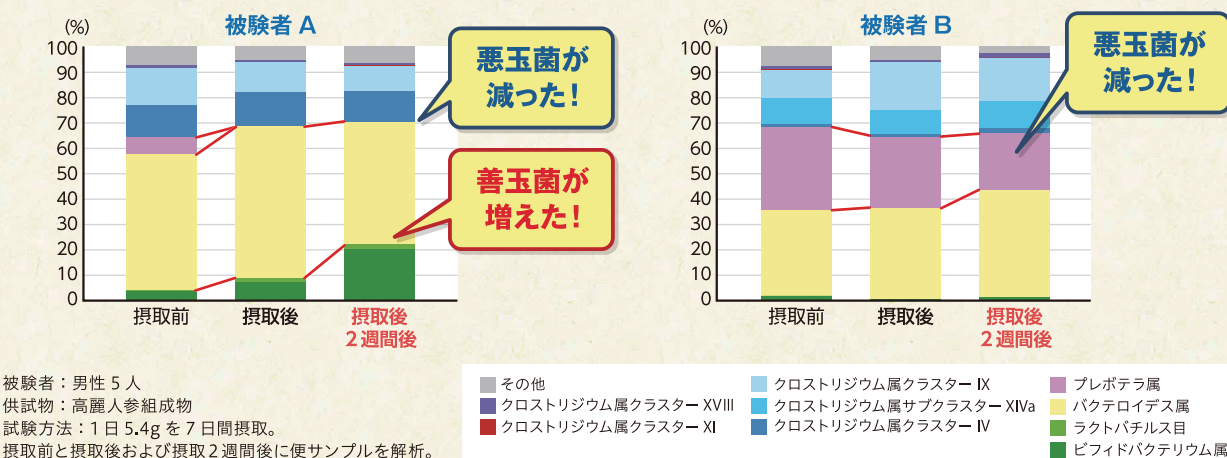
試験データ

腸内環境が整い
免疫力がパワーアップ！

10匹のマウスに、紅参から抽出したサポニン（主にジンセノサイド）を1日に500mg/kg、15日間欠かさず飲ませました。その結果、**善玉菌である「ビフィズス菌」や「酪酸菌」の相対量が有意に増加**しました。このことから、高麗人参が腸内環境を整えることがわかりました。



5名の男性に7日間、高麗人参を飲用してもらい、その腸内環境を解析したところ、一部の被験者で**腸内の善玉菌が増加し、悪玉菌が減少**しました。



試験データ

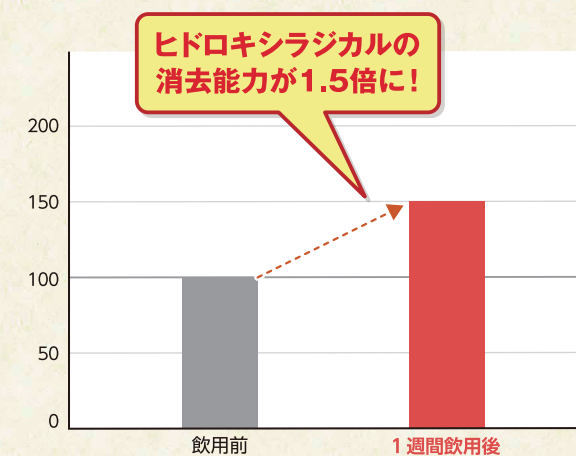
抗酸化力がパワーアップ！

高麗人参粒、エキス粒を飲用した人の血液の抗酸化力を、飲用前と1週間飲用後に血液を採取して測定しました。その結果、特に悪質な活性酸素**ヒドロキシラジカル**の**消去能力を高めるという有用な結果が確認**されました。高麗人参はヒトの体の抗酸化力を高めるのです。

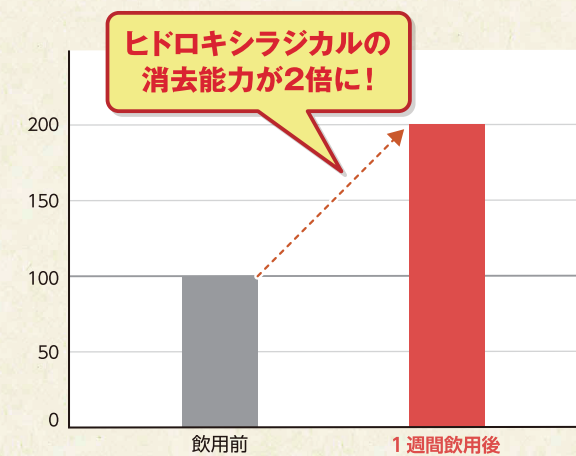
◎飲用前を 100 として、7日間摂取した後の相対値を示しています。

高麗人参粒の
試験結果

被験者：平均年齢44.6歳の男性5人
供試物：高麗人参粒（紅参粉末+紅参エキスを粉末に粒にしたもの）1粒 300mg
試験方法：高麗人参粒を1日18粒、7日間欠かさず摂取。飲用前と1週間飲用後に血液検査で抗酸化力を測定。

エキス粒の
試験結果

被験者：平均年齢43.6歳の男性5人
供試物：エキス粒（紅参エキスを粉末に粒にしたもの）1粒 300mg
試験方法：エキス粒を1日18粒、7日間欠かさず摂取。飲用前と1週間飲用後に血液検査で抗酸化力を測定。



※金氏高麗人参(株)品質保証・研究開発室が同志社大学大学院生命医科学研究科 市川寛教授と共同で行った研究データ

現代人の健康を助ける 成分バランスで特許を取得！

自律神経パワーを高める生薬

高麗人参は、2000年以上にわたって人類の信頼を得てきた「生薬の王様」です。その力は、超高齢化社会、高ストレス社会を生きる現代人にこそ欠かせない力と言えます。

その神秘的な力の秘密は、現代の科学的な研究により、高麗人参に特有の有用成分ジンセノサイドにあることが明らかになっています。ジンセノサイドは40種類以上もあり、活動を支える交感神経に作用するトリオール系と、休息を助ける副交感神経に作用するジオール系に大きく分けられます。この正反対の

働きが補い合うように働くことが、高麗人参の最大の特長です。さらに重要なのは2つのバランスで、ジオール系がやや多いのが良いとされます。なぜなら現代人は、対人関係、健康問題、将来に対する不安や不規則な生活など、心身に様々なストレスを感じながら生きています。こうしたストレスが強くなりすぎると交感神経の働きが過剰になり、副交感神経の働きが弱まってしまうのです。そこで、副交感神経の休息パワーを高めるために、ジオール系を多く含んでいることが重要になるわけです。

理想の成分バランスを叶える3つの成分



実感力のポイントは吸収性

高麗人参がその力を発揮するためにもう1つ大切なのが、すばやく、かつしっかりと体内に吸収される必要があるということです。

そこで重要になる成分が「プレミアムジンセノサイド」です。ジンセノサイドには、メジャー

ジンセノサイドと、糖鎖が分解されたプレミアムジンセノサイドがあります。分子が小さくなる分、吸収されやすくなったプレミアムジンセノサイドを豊富に含む紅参熟成エキスは吸収性にすぐれており、効果を実感しやすくなっています。

一方のメジャージンセノサイドは、腸内細菌によって分解されてから体内に吸収されます。そのため、体内に長く留まり、ゆっくり、じっくりと効果を発揮することができず、即効性と持続性の両立が、効果を実感するためには重要です。

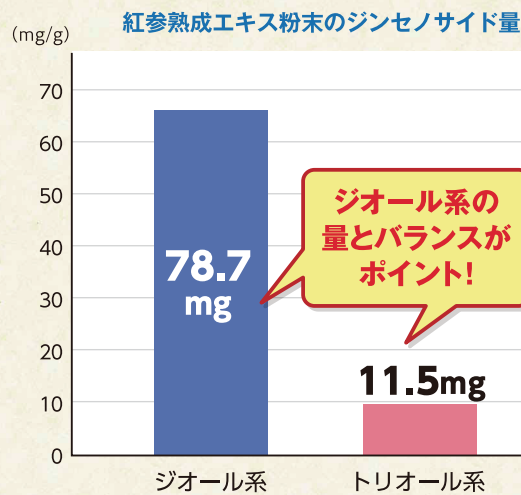
さらなる長寿社会を迎え、健康づくりへの関心が高まること予測されます。高麗人参が持つパワーに対する期待に応えるためにも、一層の研究開発を進めてまいります。

ジンセノサイドの量とバランスが特許の鍵！

特許の組成は、高吸収性のプレミアムジンセノサイドと体内に長く留まるメジャージンセノサイド(Rb1 など)がバランスよくたっぷり含まれており、即効性と持続性が期待できます。また、交感神経に作用して活動を促すトリオール系ジンセノサイド(Rg2(S) など)に対し、副交感神経に作用してリラックスさせるジオール系ジンセノサイド(Rb1・Rg3(S) など)が多めの成分バランスのため、現代人の自律神経を効率よく整えて心身を正常に保つことも期待できます。

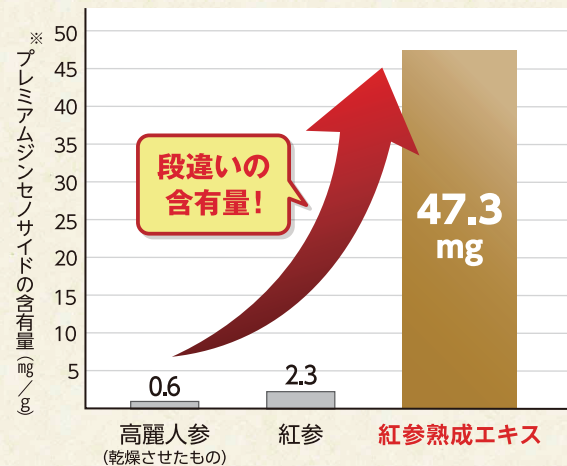
高ストレス社会に最適！

ジオール系を多く含有



即効性を発揮する

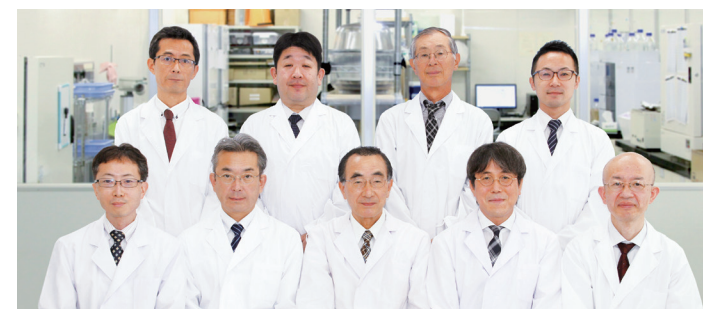
プレミアムジンセノサイドを多く含有



※Rg3(S), Rg3(R), Rz, Rk1, Rg5, Rh2(S), Rh2(R), Rg2(S), Rg2(R), Rh1(S)



生涯健康の未来を拓く



金氏高麗人参株式会社 品質保証・研究開発室

「すべては人々の健康のために」を
モットーに研究を深めています。

金氏高麗人参 研究開発室

検索

電子版アドレス <https://www.kouraininjin.net>