

頑張る時にグッとひと飲み!!

エナドリ6選

新生活もひと段落、少し疲れが出てきていませんか? 今回はここぞという時のための中国のエナジードリンク6種をご紹介します。飲み過ぎに注意しながら賢く取り入れよう。

エネルギー飲料 (エナジードリンク)

ビタミンやミネラルを豊富に含むドリンクで、飲みやすい味のものが多い。とはいえ、健康機能食品ほどではないがカフェインやタウリンを含むものが多いので、14歳以下の子どもや妊婦・授乳中の人は飲むのを控えよう。

効能性飲料 (健康機能食品)

特定の人の栄養補給を目的としたドリンク。スポーツドリンク、エネルギー飲料、栄養ドリンク、その他の4種に分かれ、疲労回復や免疫力の回復を効能に挙げているものが多い。用法・用量を守って飲もう。

魔水師97#即燃

14元
/680ml



努力

マカと朝鮮人参でエネルギーオン

燃料タンクのようなボトルに入ったオレンジの液体。「即燃」は見た目もネーミングもインパクト大のエナジードリンクだ。栄養補給系ドリンクにはおなじみの成分はもちろん、朝鮮人参とマカという漢方成分も配合。スポーツや勉強といったシーンで活躍する。

味はほのかに薬草っぽい苦みがあり、680ml飲み切るには少々苦勞するかも。またフタを開ける時は気を付けないと、すぐこぼれるのでご注意ください。

成分(一部)

高麗人参(人工栽培)、ナイアシン、タウリン、マカ、ビタミンB6、ビタミンB12

楽虎

健康機能食品きってのデカさ

強烈なパッケージが目を引く「楽虎(HI-TIGER)」。栄養ドリンクとしては大きな500mlタイプだ。

今回紹介するドリンクのなかでは珍しく、朝鮮人参を使用していない。味は日本のデカピタCによく似た味で、まずいわけではないが、500ml飲み干すのはちょっと難しく感じる。1本あたり角砂糖13.5個分の糖分が入っていることも気になる点だ。体力疲労時にオススメとのことなので、スポーツ後にグツといかが?

成分(一部)

タウリン、ナイアシン、イノシトール、カフェイン、ビタミンB6、ビタミンB12



勝利

7.9元
/500ml

MONSTER ENERGY 龍之金

黄金に輝くドラゴンラベル

モンスターエナジーの中国語名は「魔爪」。このカッコいいネーミングに加え、「龍之金」はラベルに勇ましい龍が踊り、思わず手が伸びてしまう。数ある種類の中で、「龍之金」は炭酸なしの一番オリジナルに近いタイプ。味は甘いリポビタミンDのようで、香りがきつく、開封すると周囲に匂いが漂う。

中国産のモンスターエナジーは海外産に比べ、カフェインの量などが控えめのような。ほか4種の味がある。

成分(一部)

朝鮮人参(人工栽培)、タウリン、ナイアシン、ビタミンB6、ビタミンB2、ビタミンB12



6.2元
/310ml

勝負

宝佳適

韓国生まれのタウリン1000mg

見慣れた茶色いボトルの「宝佳適(Bacchus)」は、韓国で長年愛される栄養ドリンクだ。

日本ブランドの「リポビタミン」と成分を比べてみると、タウリンやイノシトールの量は同じだが、こちらの方がカフェインの量が少なく、ビタミンB群の成分も控えめのような。とはいえ、こちらも疲労に効くとされるれっきとした保険食品。コンビニやスーパーでよく売られている一品なので、お疲れの時は気軽に試してみてほしい。

成分(一部)

タウリン、イノシトール、カフェイン、ビタミンB6、ナイアシン



集中!

9.9元
/100ml

RedBull パッションフルーツ味

ノンシュガーがうれしい

こちらも日本でお馴染みの「紅牛(レッドブル)」。パッションフルーツ味を試したところ、爽やかな香りがおいしく、今回紹介するドリンクのなかでは1番の飲みやすさだ。

糖度の高さが度々指摘されているエナジードリンクにおいて、これはノンシュガーなのがポイントが高い。「モンスターエナジー」と同じく国産の方が成分控えめのため、海外品に慣れている人は物足りなさがあるかも。

成分(一部)

ショウガ、高麗人参(人工栽培)、ナイアシン、タウリン、ビタミンB6、ビタミンB12



8.5元
/325ml

日々研鑽

力保健 人参王漿

ロイヤルゼリーのやさしい味

日本でもお世話になったことがある人が多いであろう「リポビタミン」。中国では「力保健」として販売されている。

今回買った朝鮮人参エキス+ロイヤルゼリー配合タイプは、タウリンやイノシトールの量がノーマルタイプには劣るものの、やさしい味で飲みやすく、免疫力アップに役立つとされる。

「力保健」はほかに、女性にうれしい鉄分入りのタイプや炭酸入りタイプも展開。中国でも支持を得ている。

成分(一部)

ロイヤルゼリー、朝鮮人参エキス、タウリン、イノシトール、カフェイン、ビタミンB6、ナイアシン



喝

10.5元
/100ml