

年500本の論文読解を背景に導き出した筋トレの新習慣
クレアチン×βアラニン高純度W配合パウダー
『CREANIN (クレアニン)』誕生
～登録者24万人超YouTube ch『論文で解決』と共同開発～

MOON-X Japan株式会社 LEVANTEカンパニーが運営する男性向けサプリメントブランド「N1 Number 1」は、高品質な純度99.9%*のクレアチンモノハイドレートとβアラニンをW(ダブル)配合したパウダー状のサプリメント『CREANIN (クレアニン)』を4月22日よりオンラインで発売しました。共同開発者は現役理学療法士・パーソナルトレーナーで、エビデンスに基づいた解説が人気の筋トレ系YouTubeチャンネル「論文で解決」。トレーニングの質にこだわり、限界に挑み続けるすべてのトレーニーを栄養補給を通じて強気にバックアップします。

*使用原材料品質保証書より



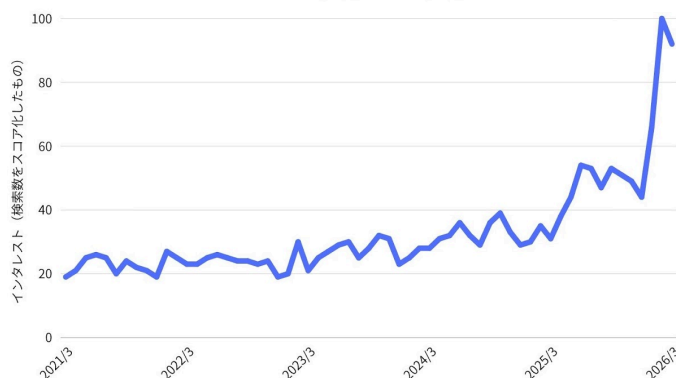
【背景】

現在、米国ではクレアチンの価値が再評価され、関連する情報発信が急速に増加しています。特に2025年には、SNSを中心に「#creatinechallenge」といったハッシュタグが広まりました。これは、クレアチンサプリメントを摂取し、筋力トレーニングを行う様子を「100日チャレンジ」といった形式で継続的に共有するものです。これらの背景には、世界的に最も権威ある国際スポーツ栄養学会（ISSN）がクレアチンを、トレーニング時の栄養補助食品として高く評価していることなどが挙げられます。

<https://link.springer.com/article/10.1186/s12970-018-0242-y>

この流れは、日本国内にも確実に波及しています。Google検索トレンドのデータによると、日本における「クレアチン」の検索数は、2021年から2026年の5年間で約500%にまで急伸。SNSやメディアにおける専門家の発信により、従来の「一部のプロアスリートが飲むもの」という認識から、現在では効率的な身体づくりや日々のコンディション維持を求める幅広い一般層へと、徐々にその関心が拡大しています。

「クレアチン」検索インタレストの推移（日本）
2021年3月 - 2026年3月



【開発について】

24.6万人以上のフォロワーを持ち、国内外の論文に基づいたエビデンスを重視する筋トレ系 YouTubeチャンネル「論文で解決 ~筋肉と栄養を科学する~」の知見を取り入れ、クレアチンとβアラニンを配合しました。瞬発力や持久力を必要とするトレーニング時の栄養補給をサポートします。

成分へのこだわりだけでなく、サプリメントの力を最大限に引き出す継続的な摂取習慣にも着目。自身の豊富なトレーニング・指導経験に基づき、「いかにストレスなく、スマートに栄養をチャージし続けられるか」というユーザー目線を徹底的に追求し、パウチやスプーンなど細部にまで配慮しました。

【共同開発者】

YouTubeチャンネル「論文で解決」運営者

理学療法士。パーソナルトレーナー。現役理学療法士として、小児・スポーツ選手・高齢者のリハビリに従事。13年以上の指導経験を活かし、科学的データに基づいたエビデンスレベルの高いトレーニング方法を発信。年間500本以上の論文を読み漁り、最新研究を現場で実践に落とし込む。YouTube『論文で解決 ~筋肉と栄養を科学する』は登録者24万人を超える（2026年2月現在）。筋トレ・栄養・リカバリーを科学的に体系化した指導に定評がある。最新著書：『鍛え方の最適解がわかる 10万論文筋トレ』

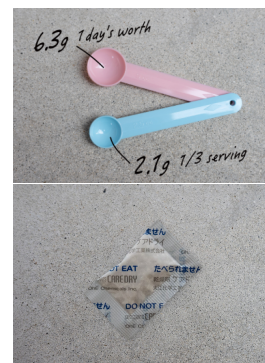


開発や製品について、YouTube「論文で解決」chでも発信しておりますので詳細は下記よりぜひご覧ください。

<https://www.youtube.com/watch?v=25SjjSYvq1l>

【ユーザー目線のこだわり】

- **好みに合わせて理想的な摂取を叶える「大小2種類のスプーン」**
1日分を一度で摂取できる6.3gスプーンと、βアラニン特有のピリピリ感（パレステジア*）に配慮し、小分け摂取に便利な2.1gスプーンの2サイズを同梱。ご自身のお好みやライフスタイルに合わせてお選びいただけます。
- **湿気をシャットアウトするアルミパウチ+二重チャック構造、乾燥剤同封**
湿気に弱いβアラニンの特性を踏まえ、気密性に優れた高機能パッケージを採用し、さらに乾燥剤を同封。使い終わりの瞬間まで、開けたてのようなサラサラとした心地よい質感をキープし、快適に使用いただけるよう配慮しました。



※ 一般的にβアラニンを摂取すると、肌や身体に一時的なピリピリ感が生じることがあります。この感覚が苦手な方は、付属の小スプーンで少量ずつ摂取してください。

【成分特長】

1. クレアチン3.0g × βアラニン3.2gのW配合（1日目安6.3gあたり）

クレアチンとβアラニンのW配合により、強度の高い瞬発的な力を必要とするトレーニングと持久力を必要とするトレーニングの両方を栄養補給によりサポートします。

■ クレアチンとは

肉類や魚類などの身近な食品にも含まれるアミノ酸の一種ですが、熱に弱く食事での十分な摂取は難しいとされます。スポーツサプリメントの代表格として長年研究がなされてきました。体内では筋骨格内にその多くが蓄えられ、ウエイトトレーニングやダッシュなど、瞬発的に高負荷なパワーを必要とする運動をサポートする役割を担うといわれます。

■ βアラニンとは

体内のコンディション維持に不可欠な「カルノシン」の材料となるアミノ酸の一種です。ハードな運動を繰り返す方の栄養補給に適しており、日々のトレーニングを効率よくサポートしたい方にぴったりの成分です。

2. 高品質を追究

クレアチンの原材料には、特に高品質な純度99.9%*の「クレアチンモノハイドレート」を使用。*使用原材料品質保証書より

項目	規格	結果	試験方法
性状	白色粉末	適	官能試験
含有量	≧99.0%	99.9%	HPLC法



3. 徹底した安全性への配慮

お客様に毎日安心して摂取いただくため、本製品は第三者機関による重金属検査をクリアしています。検査項目は、ヒ素、鉛、カドミウム、水銀の4元素です。

4. 余計なものはいれない3つのフリー

甘味料、香料、着色料は不使用。プロテインや他のドリンクと混ぜやすいノンフレーバー（無味）に仕上げています。

【共同開発者「論文で解決」論文男氏よりコメント】

「自分が毎日飲みたい、本当に効率のいい組み合わせを実現するため、何度も打ち合わせと調整を繰り返しました。トレーニング歴が長い方も、これから始める方も、続けられる使いやすさを最優先にしています。」

【商品概要】

- 商品名：CREANIN（クレアニン）
- 配合成分：クレアチンモノハイドレート、βアラニン
- 容量：189g（約30回分）



- 販売価格：3,700円（税抜）／3,996円（税込）
- 販売チャネル：
 - Amazon： <https://amzn.asia/d/091mR5lw>
 - 楽天： <https://item.rakuten.co.jp/levante/h-cre001/>
 - Qoo10： <https://www.qoo10.jp/g/1200299199>

【Q&A】

Q. どんな人におすすめですか？

A. 瞬発的な運動前後の栄養を補給したい方や、ハードなトレーニングをする方に最適です。
クレアチンを手軽に摂取したい方、常にベストコンディションを求める方の毎日をサポートします。

Q. おすすめの摂取タイミングは？

A. 運動前後、または食後に。

ご自身のライフスタイルに合わせて、運動前後や食後のタイミングで摂取してください。

LEVANTE

LEVANTEカンパニーについて

お客様や関わる人々が「ちょっと楽しく。もっと輝く」毎日を送れるよう、ヘルス&ビューティーケア製品の企画・開発・販売を行っています。自社ブランドとして、乳酸菌やビタミン等のサプリメントを展開し、体の内側から「美を成す」ためのヘルスケアとビューティーケアをサポートする「ビオナス」、次世代エイジングケアNMNを中心とする健康食品シリーズ「レバンテ」、妊活から子育てまでをトータルケアする「ママニック」、最新の皮膚科学とやさしさを融合したスキンケアブランド「セルニス」等を運営。



会社概要

MOON-X Japan株式会社

代表：長谷川 晋

設立：2026年2月

所在地：東京都港区高輪4-10-18 京急第1ビル 13F

事業内容：国内ブランド事業の運営

URL： <https://www.moon-x-japan.co.jp>

ブランド・製品に関するお問い合わせ：

<https://www.moon-x.com/business/brand>