

ご存じですか？ 静岡産クラウンメロンには栄養がいっぱい！

● 血圧を下げるギャバ(GABA)が豊富！

メロンにたくさん含まれているギャバが高血圧を予防します。ギャバ(GABA)とは -アミノ酸のことで温室メロン1個にはギャバロン茶の56杯分の含有量が含まれています。隔離ベッド栽培、一木一果収穫など栄養分を凝縮する栽培方式の静岡産クラウンメロンには他の産地のメロンより特に多く含まれていることがわかっています。



● 血液をサラサラに！

食材について、血液の固まりやすさを抑える働きを点数化した指標があります。一日に千点以上を目標に食べることが望ましいとされています。マスクメロンは、野菜、果物の中でトップクラスの100点。その働きはイチゴの2倍、レモンの3倍、みかん、りんごの10倍！ 脳血栓や心筋梗塞などの予防に役立ちます。

● カリウム豊富で塩分除去！

メロンには体内の塩分排出を助けるカリウムが多く含まれています。カリウムは排泄時に体内の余分な塩分を同時に排出する性質があります。塩分を取りすぎる傾向にある現代人にはうれしい果物です。

● 肥満防止、美肌効果も！

パントテン酸がコレステロールを低減し、脂肪の蓄積を防止します。またビタミンCや食物繊維も多く美肌効果があります。

おいしい
メロンで健康に！



 静岡クラウンメロン