



CPP90 / オリゴ糖を配合

吸収がよいカルシウム&マグネシウム!

- 内容量：315g (175mg × 1800 粒)
- 形状：粒状
- 価格：14,800 円 (税込 15,984 円)
- お召し上がり方：1 日 20 粒を目安に。
- 【栄養成分表示：20粒(3.5g)当たり】 (推定値)



*カルシウム(炭酸カルシウム).....	500mg
*マグネシウム.....	250mg
*ビタミン D (吸収を高める).....	10.0μg(400IU)
* CPP 末(吸収を高める).....	175mg
*フラクトオリゴ糖(吸収を高める).....	192.5mg

カルシウム

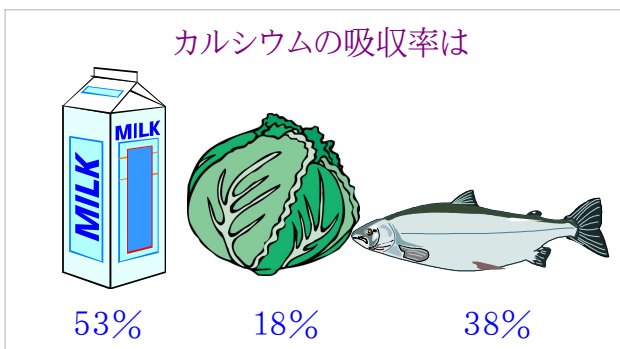
「貝」由来の炭酸カルシウムはリンを含みません。カルシウムは骨格や歯の大切な成分ですが、体の生理機能の調節（神経・心臓・筋肉・ホルモン・血液凝固）等の働きに関与する大切なミネラルです。

マグネシウム

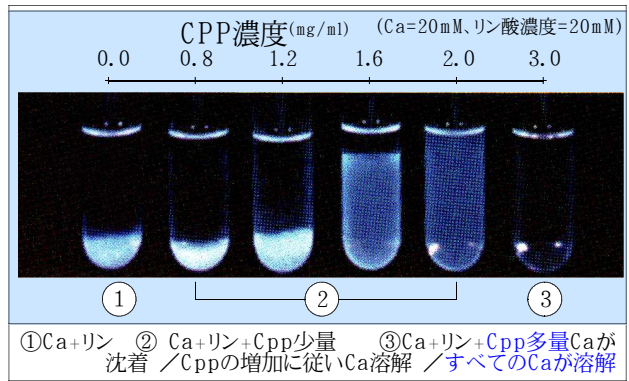
マグネシウムは、カルシウムと同様に、骨格や歯、体の生理機能の調節に大切なミネラルです。

カルシウムとマグネシウムはそのバランス(2:1の比)が重要です。

◇カルシウムの吸収率◇



吸収率を高める CPP の働き



写真は明治製菓提供

牛乳に含まれる CPP (カゼイン・ホスホ・ペプチド) がカルシウムの吸収を促進することが、最近の研究で明らかにされました。

◇カルシウムの必要量◇

厚生労働省によれば、日本人が最も不足するミネラルがカルシウムです。日本人は欧米人に比べ、牛乳やチーズの摂取量が少なく、又、日本の土壌が火山灰におおわれているため、この土地で育つ植物にカルシウムが少ないといわれています。

成人	700mg ~	妊婦	1200mg ~
成長期	1000mg ~	授乳期	1700mg ~
老齢期	800mg ~	更年期女性	1000mg ~

◇カルシウム500mgをいろいろな食品で摂ると◇



- ビタミン D₃は、カルシウムを吸収するために必要なタンパク質の合成に必要です。
- オリゴ糖はカルシウム等のミネラルの吸収を高めます。加工食品やスナック菓子に含まれる「リン」は、カルシウムの吸収を低下させます。

こんな方に、お勧めします

- * 成長期の子供
- * 妊娠、授乳期の方
- * 更年期の女性
- * ストレスが多い方
- * アルコールを飲む方
- * 高齢者 (胃酸が低下する高齢者は、ミネラルの吸収が低下する)



注: 乳アレルギーの方はお控え下さい。