

天然水 栄養成分比較早見表

栄養成分	100mL	潤命	ヘルシーバナ150	ヘルシーバナ10L	りゅうせき水	秘境の湧水
エネルギー	kcal	0	0	0	0	0
タンパク質	g	0	0	0	0	0
脂質	g	0	0	0	0	0
炭水化物	g	0	0	0	0	0
ナトリウム	mg	10.28	7.9	0.46	4.88	0.38
カルシウム	mg	0.08	1.4	0.85	1.66	4.08
マグネシウム	mg	0.05	1.1	0.11	0.48	0.43
カリウム	mg	0.20	0.28	0.11	0.8	0.04
ゲルマニウム	ppb	22.00			8.00	
サルフェート	mg					3.43
バナジウム	μg/L		150	58		
亜鉛	μg/L		5	20	180	
フッ素	mg/L		0.016	0.3		
シリカ	mg/L				61	
pH		8.7	8.2	7.4	7.7	7.6
硬度	mg/L	4	79	34	62	119

- 亜鉛】** 亜鉛は成人の体内には約 2～4g 含まれています。亜鉛は細胞の新生を活発にさせるはたらきがあり、亜鉛が不足すると細胞分裂がはかどらず、子どもでは発育が遅れます。成人では肌のかさつきや脱毛などの症状があらわれます。男性では精子数の減少などの性機能低下を引き起こすことがあります。また、亜鉛は味を感じる細胞の形成に関与しており、不足すると味覚障害を引き起こします。
- バナジウム】** 脂質を代謝したり、コレステロールの合成を抑制する効能が認められており、動脈硬化などの予防に有効であると考えられています。インスリンと似た作用をして、血糖値を正常にするはたらきがあると考えられており、糖尿病の治療に有効ではないかと研究されています。
- ゲルマニウム】** 有機ゲルマニウムは朝鮮人参、サルノコシカケ（霊芝）、アロエ、にんにく、クコの実などの植物各種温泉、ミネラルウォーターなどに含まれていることがわかっています。特にガン予防に人気のサルノコシカケには多量の有機ゲルマニウムが含まれています。インターフェロンを体内で誘発させることや体内で発生する毒素、老廃物などを体外に排出し赤血球の変形能力を高めることで、血流が改善する効果が期待できされています。
- シリカ】** シリカとも呼ばれる「ケイ素」は、美と健康を保つ大切なミネラルの一つです。体の中のコラーゲン生成を助け、肌や髪を活性させるとい研究もあるシリカ成分。「爪が割れやすい」「抜け毛や脱毛」「乾燥肌の悩み」などは、ケイ素の不足といわれています。年齢と共にケイ素を蓄える力が衰え、その結果肌や体にトラブルが出てきます。骨や関節、血管、皮膚、爪、髪などの健康を保つ上で必要であり、大人一日あたり40mgの補給が必要とされています。
- サルフェート】** 国内産には珍しい成分です。高い利尿作用があり、体内や血液中の老廃物を体の外に排泄し体の新陳代謝を高める（細胞の活性化）作用や体内のバランスを整える作用があり、ダイエット、デトックス効果が期待されています。
- マグネシウム】** マグネシウムは体内で約 300種類もの酵素のはたらきを助けています。カルシウムやリンとともに骨や歯の発達や強化を促す重要な役割を担うミネラルです。不足すると不整脈や動脈硬化、心疾患などを引き起こします。日本人はカルシウム以上に不足しがちなミネラルですので、十分な摂取を心がけましょう。
- カリウム】** カリウムはナトリウムとともに体液を構成する主要成分です。体内には体重 1kgあたり2gのカリウムがあり、生命活動を維持するうえで重要な役割を担っています。不足すると高血圧を引き起こしたり、筋肉の働きが低下したり、けいれんをおこしたりします。



0120-739-439

E-mail info.ft@fine-thanks.co.jp