

生活習慣病の予防に!

カテキン

お茶の渋味や苦味の成分。

抗酸化作用*で動脈硬化や高血圧、ガンなど、生活習慣病の予防に効果的です。*体内で増えすぎるとガンの促進や様々な病気の原因となる「活性酸素」の攻撃をブロックする働き。

5つの体に良い成分が
みんなの健康を守ります!

心も体もリラックス♪



テアニン (アミノ酸)

お茶の甘味・旨味の成分。

お茶を飲むとほっとしますよね。

テアニンには人の心と体をリラックスさせる「ヒーリング効果」があります。

ねむくならない!



カフェイン

お茶の苦味の成分。

眠気を覚ましたり、心臓の動きを活発にします。

また、脳や脊髄を興奮させる覚醒作用、基礎代謝を高める代謝促進作用、利尿作用や筋肉の力を高める効果などもあります。

虫歯を防ぐ!



フッ素

歯の表面の質を強くし、虫歯菌への抵抗力をつけます。

食事の後のお茶は、カテキンの成分で虫歯菌の増殖と歯垢ができるのを防ぎ、口臭予防にもなります。

風邪予防に!



ビタミンC

壊血病やガン、風邪を予防する成分です。

煎茶一杯で約5mgのビタミンCを摂る事ができます(成人が1日に必要な量は50mg)。

お茶って
すごいぞ!!

