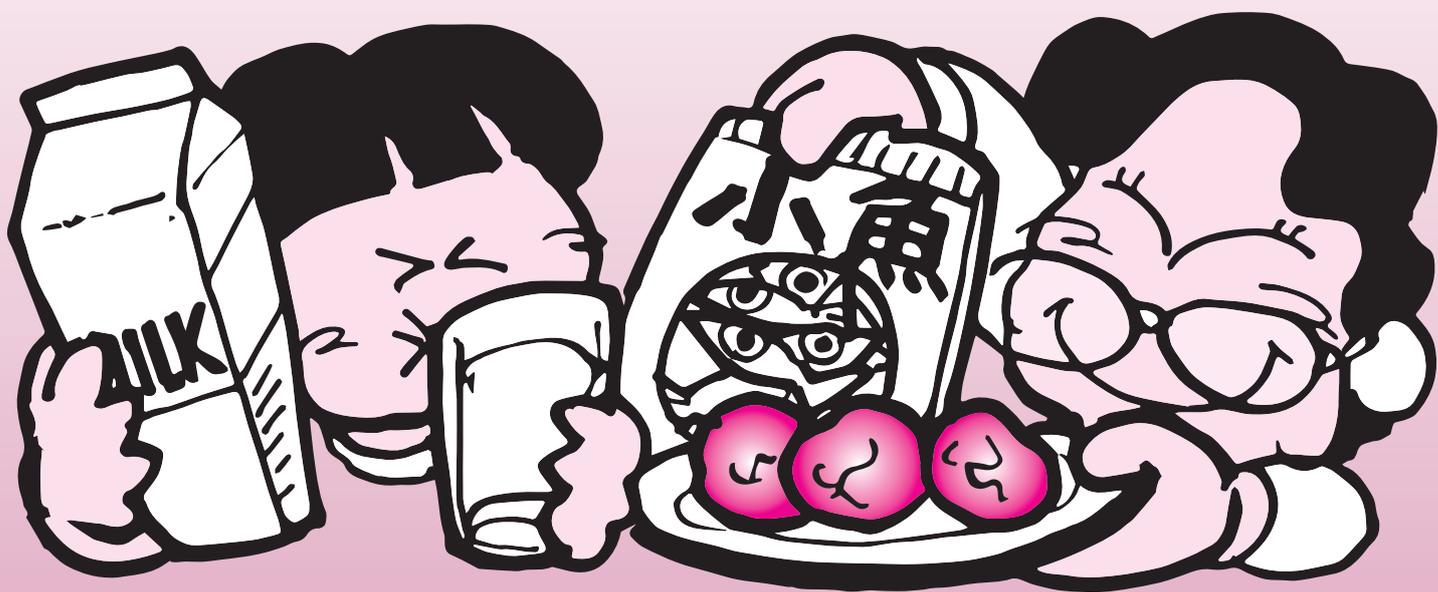


ちよびっとコラム

梅を食べよう!



梅は、カルシウムを含む食品と一緒に食べることで、カルシウムの吸収率を上げてくれます。成長期の子供や高齢者の方に嬉しい食べ物ですね。

(P.N. ミナフジコ)