

Step 1 昆布のヒミツと栄養について



近い未来、日本食が消える？

日本食には欠かせない、出汁に使われる「昆布」の生産量が減少！

この30年で生産量が3割減少
2090年代までに消滅してしまうという研究結果が
北海道大学より発表されている

原因のひとつは地球温暖化
1970年以降、北太平洋の水温が上昇し続けている

地球温暖化を救う昆布のヒミツ

昆布などの海藻類は地球温暖化を緩和させる力を持つ

産卵や生まれたばかりの魚を生育する場

水中の有機物を分解
二酸化炭素などを吸収し酸素を供給

昆布などの海藻類を増やして二酸化炭素を減少させれば
地球温暖化の進行を防ぐことも可能

※写真・イラストイメージです

Step 2 昆布のヒミツと栄養について

昆布の栄養

和食の出汁として利用されることが多いが栄養も豊富



含まれる主な栄養素

期待できる効果

ヨウ素

甲状腺ホルモンの成分になるミネラル

肌の新陳代謝向上
美肌効果

食物繊維

水溶性のアルギン酸
フコイダン

高血圧や大腸ガン、糖尿病などの生活習慣病予防

カルシウム

骨や歯を作るのに欠かせないミネラル

骨粗しょう症予防

鉄

赤血球を作るために欠かせないミネラル

貧血予防



メーカー株式会社公式チャンネル \ チャンネル登録 & 高評価をお願いします /

YouTube 絶賛配信!

栄養満点レシピ、家族を応援する時短レシピや楽しいアイデアがいっぱい!



女優や声優として活躍中の木下あゆ美さんにご出演いただきました!



テレビドラマ
『特捜戦隊デカレンジャー』
『怒み本舗』
『獣電戦隊キョウリュウジャー』
メーカーッキング 検索
メーカーッキング/家族応援クッキング

※写真・イラストイメージです