

# (有) 道正昆布

富山県富山市小島町 6-4  
TEL 076-432-6087 FAX 076-441-7817

## 昆布の効用

### 昆布のネバネバ成分…アルギン酸

昆布のネバネバに含まれるラミナランは胃癌予防につながる可能性があります。  
また、ネバネバ成分に含まれるフコイダンも癌予防に良いと言われています。

### 昆布のカルシウム量…牛乳の7倍 牛肉の140倍

血管の衰えを予防し高血圧予防になります。

### 昆布の色素成分…フコキサンチン

筋肉の衰えを防止し、筋肉をつくる助けをします。  
脂肪を燃やす効果で、内臓脂肪の減少につながります。  
とろろ昆布の製造で使う酢には疲労回復効果があります。

### 昆布の旨み成分…グルタミン酸

脳を老けさせない！  
新しい記憶の保存、すでにある記憶の探索を活発に。  
アルツハイマー型認知症の予防に期待される成分です。

### 昆布出汁に含まれる栄養

ビタミン B1、カルシウム…塩分排出  
ビタミン B2、カルシウム…骨や歯をつくる

## 加工昆布のお召し上がり方

とろろ昆布はご飯に乗せたりおにぎりにしてお召し上がり下さい



おぼろ昆布や白とろろはお吸い物やうどんなどの汁物にもよく合います。



「日本の味」に欠くことのできない昆布。  
昔から健康食品として知られていますが、最近では『美容食品』としても脚光を浴びています。  
その昆布も種類は様々で、植物としてみた場合、全世界で26属あります。

うち、我が国には14属45種あり、その大部分が北海道に生息しています。  
北海道の近海は、豊かな昆布の宝庫なのです。

そして、この北海道と富山を繋いだのが『北前船』です。

北陸は北前船の中継地として栄え、昆布の取引も盛んに行われました。

昆布の調理法も発達し、たくさんの郷土料理が作られたことにより、現在も富山県は、昆布の一大消費地として注目を集めています。

