にがり水の作り方

にがり30滴(ティースプーン1ぱい弱：2cc)を水1ℓ～2ℓ程度にうすめてお飲みください。

ご飯を炊くときに、お料理に

お米1合あたりにがりを1～2滴お入れください。お料理、煮物、スープ、味噌汁、お吸い物などに、にがりを数滴お入れください。

- 1日当たりの摂取量：1日当たり2cc(約30滴)を目安にお召し上がりください。
- 本品2ccで、1日当たりのマグネシウム所要量(300mg)の37%を摂取できます。
- 本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。多量に摂取すると軟便(下痢)になることがあります。
- 1日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
- 本品は特定保健用食品と異なり、厚生労働大臣による個別審査を受けたものではありません。

※結晶物が浮遊・沈澱することがありますが、品質には問題ありません。

栄養成分表示 (100ml当たり)	
エネルギー	0kcal
たんぱく質	0 g
脂質	0 g
炭水化物	0 g
食塩相当量	10.6 g
マグネシウム	5588mg
カリウム	1651mg
カルシウム	10.2mg
比重	1.27

推定値：製法上成分値にばらつきが生じることがあります。

名称：マグネシウム含有食品
原材料名：海水(長崎県対馬)
内容量：170ml
賞味期限：欄外下部に記載
保存方法：常温で保存してください。

製造者：株式会社　白松(はくまつ)
東京都港区赤坂7-7-13
製造所：株式会社　白松
長崎県対馬市美津島町竹敷深浦4-133
www.hakumatsu.co.jp
TEL 03-5570-4545

本　体：PE
キャップ：PP
ラベル：PS

マグネシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。マグネシウムは、多くの体内酵素の正常な働きとエネルギー産生を助けるとともに、血液循環を正常に保つのに必要な栄養素です。