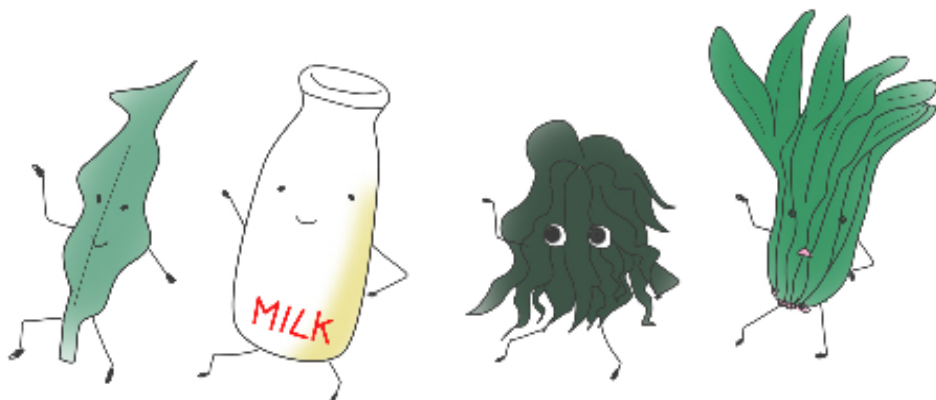


あなたの尿酸値 ( )

★ 目標値 7.0未満

Q. なぜ、海藻、野菜をたくさん摂らなきゃいけないの？

A. 尿酸は中性～アルカリ性の尿に溶けやすい性質を持っています。野菜、海藻、牛乳を摂ると尿がアルカリ性になり尿酸の排泄を促進します。



**アルカリ性食品**(比較的アルカリ度高い)

ひじき・わかめ・こんぶ・ほうれん草・ごぼう など