

飲料の硬度及びミネラル成分

区分	商品名	メーカー	硬度	1リットル当たりの栄養成分(単位:mg) 比較するために4成分だけを表示しています。			
				ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム
富山の深層水飲料	海のミネラル水	五洲薬品(株)	250	16	1	17	51
	特定保健用食品キレアウォーター	五洲薬品(株)	250	18	1.2	15	52
	ミネラルシ-「スポ-ツボ-トウォーター」	五洲薬品(株)	600	29	2	29	130
	ミネラルシ-「テイストボ-トウォーター」	五洲薬品(株)	150	12	1	11	30
	ミネラルシ-「フレーバ-ボ-トウォーター」	五洲薬品(株)	50	9	1	7	8
	へちま&深層水	大島町異業種交流協議会	300	168	9	18	62
	深海の精	大島町異業種交流協議会	250	16	1	17	51
	深海遊夢	富山化学工業(株)	140	140	7	15~30	19
	ブルーマリン	日本海深層水事業(株)	10.7	38	1	1	2
	滑川の深海ウォーター	(株)WAVE滑川	250	16	1	17	51
入善海洋深層水	(株)あいば食品	140	14	7	15~30	19	
一般のミネラルウォーター	M	国内S社	33	6	2	11	1.4
	A	フランスD社	300	5.8	1	78	24
	B	フランスD社	50	8	5.4	10	6

(参考)

ナトリウム : カリウムと拮抗して、神経伝達を行ったり、カルシウムをはじめとする他のミネラルが血液中に溶けるのを手助けする。

カリウム : ナトリウムと拮抗して血圧を正常に保つ。心筋の働きを正常に保ち、不整脈を予防する。

カルシウム : 骨や歯の形成に不可欠な成分。血液の凝固を助けたり、筋肉や神経を正常にする作用がある。緊張や興奮を緩和し、イライラを解消する。

マグネシウム : 精神のイライラを和らげ、安定した精神状態を保つ。糖質の代謝を助け、心臓や血管系を健康に保つ。