

# ヤマグワ

高さ：3～12m

ナツハゼはかつて、蚕（かいこ）の飼料としてさかんに栽培されました。今では野生化したものが自生していることがあります。

## 育ち

暑さ寒さに強く、丈夫で生長が早い。



## おすすめ利用方法

◎健康茶 ◎ジャム ◎アイスクリーム

## 効用

糖質の吸収を抑え、血糖値の急激な上昇や下降をコントロールします。高い抗酸化作用を持ちます。ビタミンCの吸収を助け、皮膚や血管を健康に保ち老化を防止する効果があります。

クワの葉は、DNJを自然界で  
**唯一大量**に含んでいる植物  
とされています！

♥糖尿病の予防

♥便秘の改善

♥ダイエット効果

♥二日酔いの予防

あわらの自然を愛する会 〒910-4277 福井県あわら市波松 28-64

TEL 0776-79-0401 FAX 0776-79-0402 mobile 090-3292-6733

