

そばの効能



一、血管を強く、また、血圧を安定
(ルチン)

二、肝硬変・動脈硬化予防

(コリン)

三、疲労回復に効く

(パントテン酸)

四、お肌のシミ・そばかすを防止
でくれる
(シスウンベル酸)

五、大腸がんや便秘を予防
(食物繊維)