

ビタミンB群

やエネルギーの代謝を

- うなぎ
- 卵 など



令和7年

8月1日 No.278

TEL 57-1800

ムチン

消化を促進し、胃粘膜を保護する

- 納豆
- オクラ
- 長いも など



令和7年8月1日 No.278 号の湯の里だよりにおいて「ムチン」の説明の中に納豆、オクラ、長いもなどに含まれていると記載しましたが、現在の科学的知見では、ムチンは動物から分泌される粘性物質と定義されており、植物には含まれないとされていました。誤った記述がございましたので、ここに訂正させていただきます。