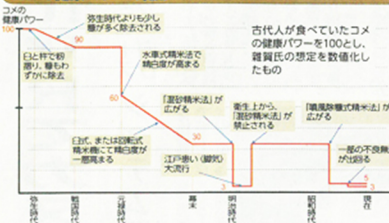


# ぬかを残したコメで健康になろう

## コメの健康パワーの推移



「脱穀機」が普及し「籾殻」が剥がれる  
「脱穀機」が普及し「籾殻」が剥がれる  
「脱穀機」が普及し「籾殻」が剥がれる

「脱穀機」が普及し「籾殻」が剥がれる  
「脱穀機」が普及し「籾殻」が剥がれる  
「脱穀機」が普及し「籾殻」が剥がれる

### 金芽米と白米の健康成分比較

白米より金芽米の健康成分が多い (浸漬2時間後)

マルトース	約60倍	オリゴ糖	約12倍
グルコース	約5.5倍	ビタミンB1	約2倍
ビタミンE	約2倍	食物繊維	約1.5倍
LPS	約6倍	未知の成分	

### 玄米の表面を覆っているロウを取ると、こんなに違う

ロウが覆われていると吸水できず、ご飯が硬まらない

### 金芽ロウカット玄米は消化性が良く、摂取できる栄養量が多い

人間の胃の消化液と同等の方式で行ったテスト結果

### 金芽ロウカット玄米の栄養価

白米	エネルギー	金芽ロウカット玄米
1食分150gあたり	252kcal	1食分150gあたり
252kcal		264kcal
		357kcal

### 普通白米とBG無洗米の違い

BG式無洗米は肌層が取りきれており、日持ちする「お米表面の状態」

普通白米 肌層が残っている  
無洗米 肌層がきれいに取り除かれている

## 健康寿命を延ばし 医療費削減へ

厚生労働省が6月1日に発表した調査によると、65歳以上の高齢者の健康寿命は、2011年の調査より約1.5年伸びた。これは、65歳以上の高齢者の健康寿命が、2011年の調査より約1.5年伸びた。これは、65歳以上の高齢者の健康寿命が、2011年の調査より約1.5年伸びた。

### 精製白米によって 病人が増えた

「白米は、精製されたため、栄養価が低くなり、健康に悪影響を及ぼしている」と指摘する。精製された白米は、栄養価が低くなり、健康に悪影響を及ぼしている。

### ぬかを残しても おいしいコメを開発

「ぬかを残したコメは、栄養価が高く、健康に良い」と指摘する。ぬかを残したコメは、栄養価が高く、健康に良い。



### お米を食べて長寿沖縄復活へ

「お米を食べて長寿沖縄復活へ」というテーマで、お米の健康効果について紹介している。お米を食べて長寿沖縄復活へ。

### 主食のエネルギー

ごはん、食パン、パスタのエネルギー比較。ごはんは最もエネルギーが高い。

### 栄養バランスの良い「汁三菜」

「汁三菜」は、栄養バランスの良い食事法。汁、菜、菜の組み合わせが健康に良い。



### 米ぬかに免疫ビタミン「LPS」が含まれる

「LPS」は免疫を高める効果がある。米ぬかに免疫ビタミン「LPS」が含まれる。

### 体内の「LPS」を排除する細胞を活性化

「LPS」を排除する細胞を活性化させる効果がある。体内の「LPS」を排除する細胞を活性化。

### 精白米に比べLPS含有量は 金芽米6倍、ロウカット玄米66倍

精白米に比べLPS含有量は、金芽米6倍、ロウカット玄米66倍。LPS含有量は、金芽米6倍、ロウカット玄米66倍。

