

日本人の健康が危うい!



日本人で **8** 割 カルシウム不足の人

目標量 600 ~ 1200 mg

1年365日、毎日これだけのものは、
むずかしいなあ・・・。

600mgを食事で摂るなら



じゃこ → どんぶり **1**杯

牛乳 → ビン **3**本

カルシウムはイオン化されているものがベストです!

豆腐 → **3**丁半



カルシウムを補うなら、ぜひツルガ薬局の高濃度イオン化カルシウムを!
本店:0770-22-0206 市野々店:0770-25-0708