



けんこう よ せいぶん  
健康に良い成分

りよくちゃ せいぶん ちゃ  
緑茶にふくまれている成分は、お茶をおいしくするだ  
けではなく、カゼ、インフルエンザの予防やねむ気覚  
まし、気分を落ち着かせるなど、みんなの体や心にとっ  
て良い力があります。



せいぶん  
とくに「カテキン」という成分は  
いま けんきゅうちゅう  
今も研究中で、これからも  
たくさんの発見があると思うよ。

カテキン

せいぶん  
(しぶみ成分)

カゼ、インフルエンザを防ぐ  
むしば せいぶん がん  
虫歯を防ぐ ガンを防ぐ

カフェイン

にが せいぶん  
(苦み成分)

ねむ気覚まし  
つかれをとる働き

アミノ酸

せいぶん  
(うまみ成分)

気分を落ち着かせる