

由来は中国?意外と知らない
「梅雨」と日本の「梅」の関係



＼これを知れば今年の「梅雨」は快適!!／



雨続きの季節は気分が憂鬱になり体調も崩しがち。

そんな時におすすめなのが日本の伝統の「アノ食材」

「つゆ」を「梅雨」と書く由来は中国から伝わったと言われています。

中国では梅の実が熟すのが雨期で、そのことから「梅」の字を使うようになったそうです。

でも、日本では梅と雨は関係ないのでは?と思いつがちですが、実はそうでもないんですよ。

湿気の多い日が続きた歩くことも少なくなると、汗もかかず「**体に水分が溜まってしまう**

状態になり、体の不調の原因になるんです。

この「梅雨ダル」とも呼ばれる状態の対処法は、体内の水分を循環させること。

そこで、**クエン酸などの有機酸を豊富に含む「梅干し」**の出番! クエン酸による
デトックス効果や代謝を促す働きが、梅雨ダルの解消法になるんです!

「梅雨」の憂鬱を吹き飛ばす「梅干し」!

日本が誇るスーパーフードと言っても過言ではないですね!



FUMENT



* F U - 0 6 4 *