

Let's find out
the secret

California Raisin太郎のヒミツ

太郎くんは
いつも元気いっぱい
勉強もできて
スポーツも得意

なんで?

ヒミツは中を
見てみよう!



太郎くんがいつも元気なのは、
カリフォルニア・レーズンのおかげなんだね。
よーし、ボクも毎日レーズンを食べ
て、太郎くんみたいに頑張るゾ!

レーズンの栄養素

カリフォルニア・レーズンには、元気のもとになる糖質が豊富に
含まれていて、背伸びのみんなに不足しがちなカルシウムや鉄、
食物繊維がバランスよく含まれています。



カリフォルニア・レーズン協会
〒102-0072 東京都千代田区豊洲1-5-9 豊文ビル5F
TEL:03-3221-6410 FAX:03-3221-5960

<http://www.raisins-jp.org>

太陽の恵みをギュツ!

カリフォルニア・レーズンができるまで



とっても美味しい
みずみずしいぶどうを
ていねいに収穫します。



つめったぶどうを
太陽で乾燥させます。



ふるいにかけ
天ぷらごとにつけます。



キレイな水で洗って
よごれをとります。



最終から最後まで
アメリカの検査官が
厳しく検査をします。



詰めきれず残りに
返されます。

太陽の恵みをギュツ!

カリフォルニア・レーズンは、ぶどうを丸ごと天日干しして作ります。
カリフォルニアの太陽をたくさん浴びると、ぶどうは1/5くらいの
量のレーズンになります。だから栄養もギュツ! と詰り込められます。

California Raisin太郎のヒミツ



時間がない朝にも スピードエネルギーチャージ

朝 朝起きて… あっ! 時間がない。



レーズンは時間のない朝でも手軽に食べられるよ。

いつものシリアルやトーストに、
カリフォルニア・レーズンをプラスして、
元気に一日をすごそうよ。



ブドウ糖で脳が生き生き!

午前 授業は今日も絶好調だ!



脳の栄養素はただひとつだけ、それはブドウ糖なんだ。
ブドウ糖を補給することで、集中力や学習能力が高くなるんだよ。

カリフォルニア・レーズンには、
脳のエネルギー源となるブドウ糖が
たくさん含まれているんだ。



おやつって大事!

午後 放課後お家に帰ると…



成長期のボクたちにとっておやつは、
3度のゴハンでは足りないエネルギーや栄養素を補う
大切な食事の一部なんだ。
だから少しでも栄養のあるものを
選んで食べたいよね。



カリフォルニア・レーズンで虫歯予防

夜 寝ている太郎くんの口の中では…



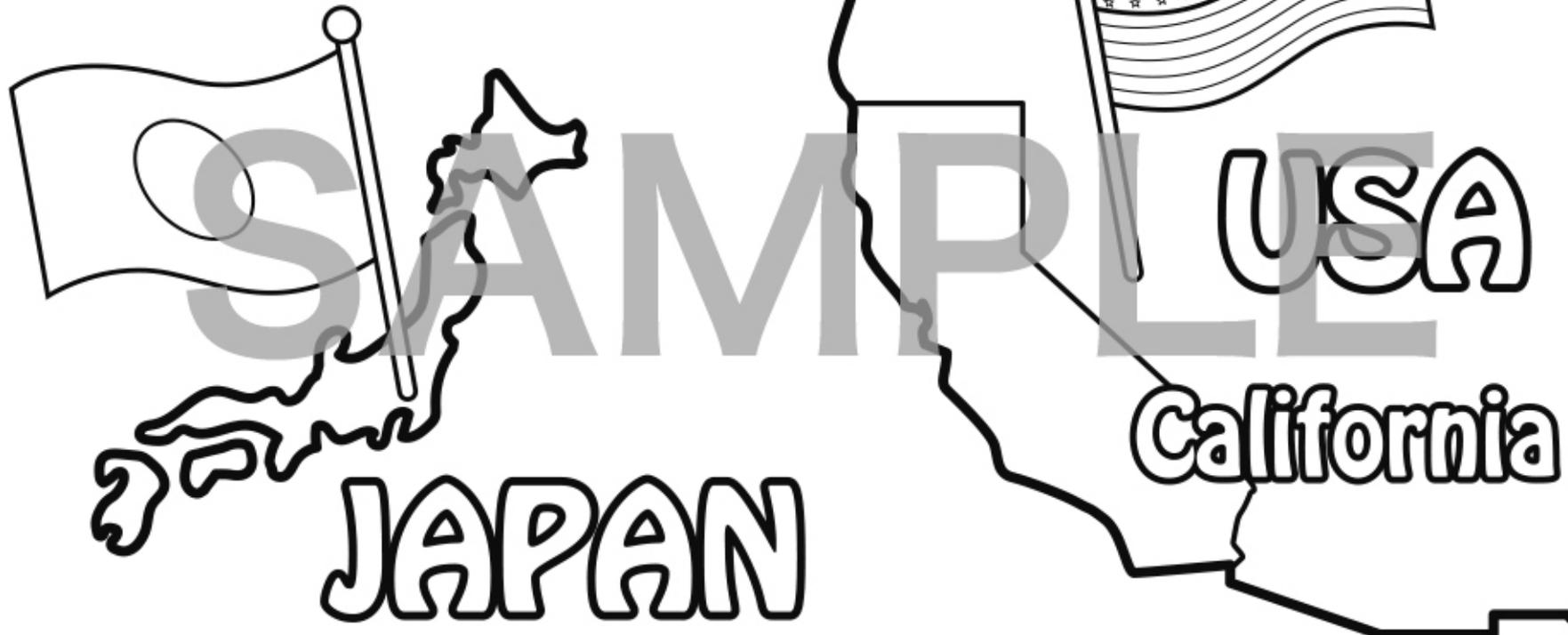
レーズンにはオレアノール酸というのが含まれていて、
虫歯や歯周病の原因となる菌が増えるのを抑えてくれるんだって。

レーズンの甘さは虫歯になりやすい
ショ糖(砂糖)じゃなくてブドウ糖と果糖の
甘味だから安心だね。



カリフォルニアはどこかな？

色をぬってみたいよう！



Zun-chan
ズンちゃん



Fe
て
鉄

K
カリウム

Energy
エネルギー

Fiber
しよくもつせんい
食物繊維

栄養たっぷり！
カリフォルニア・レーズン

TM