

- 体に不可欠な13種類のミネラル -

多量ミネラル

- カルシウム (Ca)
- リン (P)
- カリウム (K)
- ナトリウム (Na)
- マグネシウム (Mg)

微量ミネラル

- 鉄 (Fe)
- 亜鉛 (Zn)
- 銅 (Cu)
- マンガン (Mn)
- クロム (Cr)
- ヨウ素 (I)
- モリブデン (Mo)
- セレン (Se)