

**アレルエイド・サプリ青みかんの奇跡〔錠剤〕のお召し上がり方  
～一日の粒数の目安と効果的に食べる工夫～**

年齢	粒数／日	青みかん量／日
成人(15歳以上)	6～7粒	1.68g～1.96g
12歳～15歳	5～6粒	1.40g～1.68g
8歳～12歳	4～5粒	1.12g～1.40g
5歳～8歳	3～4粒	0.84g～1.12g
3歳～5歳	2～3粒	0.56g～0.84g
0歳～3歳	1～2粒	0.28g～0.56g

- 上記を目安に、一日2～3回に分けて水またはぬるま湯でお召し上がりください。
- 症状により、目安に対して増量してください。
  - \* 危険性はありません。
- 嚥下困難な乳幼児や老人の場合、噛むか、咀嚼できない場合は、砕いた錠剤をお湯にひたし、溶けたものを食材に混合するとお召し上がりやすくなります。
  - \* 熱湯で簡単に崩壊します。
  - \* 咀嚼しても効果は変わりません。

**アレルエイド・サプリ青みかんの奇跡〔錠剤〕の原材料と栄養成分**

原材料名	配合率
温州みかん	80.0%
乳糖	5.0%
結晶セルロース	10.0%
ビタミンC	3.0%
シヨ糖エステル	2.0%

栄養成分	6粒(2.1g)あたり
エネルギー	6.22kcal
たんぱく質	0.14g
脂質	0.05g
糖質	0.81g
食物繊維	0.97g
ナトリウム	0.11mg
ビタミンC	37.41mg
ヘスペリジン	165mg