

+ + + + + + +

### ホットシヨコラ hot chocolate

実は昔から飲みものとしても愛されているチョコレート。ほっと落ち着くだけでなく身体にもやさしいチョコレートは世界中の喜びとを魅了してきました。

+ + + + + + +



体も心も  
ほっこりあたたまる

# お茶の時間

Tea Time

## 九州初のチョコレート専門店 カカオロマンス

今回取材にご協力いただいたのは、グランガーデン福岡浄水のお散歩圏内にあるカカオロマンス。ヨーロッパの伝統製法を導入し1980年に開業したチョコレート専門店です。50種類以上のトリュフチョコレートだけでなく、多種多様なチョコレート菓子を取り揃えています。喫茶コーナーはもちろんオンラインショップからもお買い求めいただけます。



並木道のチョコレートハウス カカオロマンス  
福岡市中央区浄水通5番12号  
TEL.092-524-1288  
<http://www.cacaoromance.jp/>

## あまくておいしいだけじゃない チョコレートの魅力

普段何気なく食べているチョコレートですが、歴史を紐解くとチョコレートは飲みものでした。ホットシヨコラやホットチョコレート、ココアともよばれています。

ダイエツトの大敵と思われるが、チョコレートは健康効果は近年とても注目されています。原料であるカカオ豆に含まれているポリフェノールには、活性酸素を抑えるはたらきがあります。これは動脈硬化や心筋梗塞、脳梗塞、癌、アルツハイマーなどの発生を抑制することができます。

われています。また、血管を拡張する作用があるため「高血圧」や「冷え性」にも効果的だそう。ポリフェノールといえば赤ワインのイメージがありますが、なんとホットシヨコラには赤ワインの倍以上のポリフェノールが含まれているのです。

また、カカオにはリグニンという食物繊維がたくさん含まれています。これは肥満や大腸がんの原因になる便秘の予防にも効果があるそうです。

チョコレートを口にした香りや匂いと集中力や記憶力が高まるともいわれています。寒さの厳しいこの季節、ホットシヨコラを飲んでおいしく健康に過ごしたいですね。