

表2 三重県産ホウレンソウ中の代表的な元素含有量

元素記号	人体 ($\mu\text{g/g}$) ¹⁾	ホウレンソウ ($\mu\text{g/g}$) ²⁾	人体/ホウレンソウ
Ca	15,000	3,750	4.00
P	10,000	6,300	1.59
K	2,000	14,300	0.140
Na	1,500	525	2.86
Mg	1,500	10,400	0.144
Fe	85.7	100	0.857
Zn	28.5	43	0.663
Sr	4.57	5.58	0.819
Rb	4.57	31.1	0.147
Pb	1.71	0.279	6.13
Mn	1.43	25.9	0.0552
Cu	1.14	8.21	0.139
Al	0.857	60.1	0.0143
Cd	0.714	0.306	2.33
Ba	0.243	0.999	0.243
Mo	0.143	0.0413	3.46
Ni	0.143	0.462	0.310

参考文献：¹⁾ 微量元素の生体作用：日本化学会編学会出版センター.

²⁾ 保倉ら，分析化学，**49**，387（2000）.