

4位

歯みがきガム

クラシエフーズ

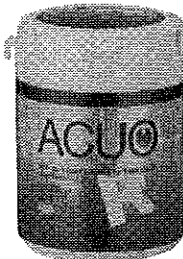


食事のあとに歯磨きができないときも気軽にケアできる歯に安心のシュガーレスガム。「お口の健康をサポートする成分・ワサデントを配合。マイルドなミント味でガム自体に弾力と噛みごたえがあり、口中もすっきり。歯もツルツルになった気がしますね」(久須美さん)。「甘さ控えめで後味が残らない。硬めのガムなので噛んでいるとキュッキュウという音がするんです」(三井さん)。/105円(9枚)

6位

ACUO グリーンミント

ロッテ



MFLアクオカプセルを採用し、爽やかな香味とフレッシュな息の長続きを実現。アロマオイルに利用されるウインターグリーンがアクセント。「辛さがしっかりあり、香りとのバランスもよい。口の中がスーッと、口臭予防と眠気覚ましに効果がありそう」(河森さん)。/126円(14粒)、840円(ボトル)他

キシリトールガム フレッシュミント

ロッテ

「キシリトールガム自体に清涼感があるが、そこにミントのフレッシュな爽やかさも加わっている。ミントの辛さが穏やかで、心地よく噛み続けられる」(久須美さん)。/126円(14粒)、840円(ボトル)他



ウォーターリングキスミント

江崎グリコ

「ソーダ風味のミントガム。同シリーズ独自の“うるおい成分”で口の中の渴きが抑えられるよう。また、ソーダ味なので、口の中をクールにリフレッシュできそうです」(久須美さん)。/100円(8枚)



ブラックブラック SPEEDY

ロッテ

3位

超強力メントール含有パウダーによる圧倒的な清涼感と高速刺激で眠気をスッキリさせる。「強力ミントパウダーが強烈にツーンと鼻を通り、確実に目が覚める。ガムも大粒で噛みごたえがあり、工作中、眠たくて、眠たくて仕方がない時の気付け用に最適です」(久須美さん)。「超辛口で眠気覚まし効果は抜群。辛すぎるくらいの刺激にご注意ください」(フードライター河森理恵さん)。/137円(8粒)



ブラックブラックガム

ロッテ

5位

強力メントールで眠気を取り去る。「元祖・目覚ましガム。『ブラックブラック SPEEDY』に比べるとミント味は穏やかだが、持続性はこちらが上。眠ってしまいうような会議で噛むと効果を発揮」(久須美さん)。「辛味と清涼感が非常に強く、オフィスでの需要は高そう」(三井さん)。/105円(9枚)、840円(ボトル)



リカルデント メロウブルーベリー

ロッテ

日本クラフトフーズ



「ブルーベリーの風味が濃く、スッキリ感があります。パッケージもおしゃれ。同シリーズは味のバリエーションも豊富で、カバンやデスクに常備したくなりますね」(河森さん)。/126円(14粒)

フィッツ コーヒーゼリー

ロッテ



「想像以上にコーヒーの風味がしっかりと、ミルクのコクも効いていてまろやかな味。コーヒー代わりにこれ1枚で満足できそう。苦みもきいていて大人向けですね」(河森さん)。/137円(12枚)

今週のBEST10

This Week Ranking

連載 第200回



気分転換、眠気覚まし、禁煙の友、虫歯予防、さまざまな効果に期待

オフィスで噛みたいガム

日本に初めてガムが輸入されたのは1916年。その後、1928年から国内での生産が始まったという。最近では虫歯予防に効果的と言われるキシリトールや、長時間味が続くタイプが人気。オフィスのデスクにボトルタイプのガムを常備している人も増えているとか。さて、あなたが仕事の合間に噛みたいガムはどれですか？

構成 大平明 イラスト 渡辺鉄平

キシリッシュ リラックスミント

明治

1位

発売15周年を迎えた人気シリーズ「キシリッシュ」が今年6月、ミント系フレーバーにフルモデルチェンジ。そのなかでも、リラックスをテーマにした優しいミント味が特徴の商品で、新・味長持ちカプセルを採用し、おいしさと爽快感も長続きする。「ミントの味がおさえめで甘すぎず、とても噛みやすい。刺激も少なめなので、眠気覚ましというよりはオフィスで気分転換したいときに適している。パッケージもおしゃれで、ガムがバラバラにならないように工夫された作りも嬉しい」(ジャパン・フードコーディネーター・スクール講師三井愛さん)。「ミントリーフが配合され、フルーティな味わいに仕上がっているミント味。パッケージのピンク色と優しい味わいが相まって、女性も喜びそう」(All About「コンビニグルメ」ガイド 久須美雅士さん)。/100円(12粒)、630円(ボトル)



2位

クロレッツXP クリアミント

日本クラフトフーズ

「30分味長持ち。を謳い、チューインガム市場に新風を巻き起こした『クロレッツ』シリーズ。クリアミントは独自のミント味を継承しつつ、清涼感にこだわっている。「清涼感とミント感をアップしたというアピールポイント通り、他社のミント味のガムに比べて口の中がクールになりますね」(久須美さん)。「噛んだ瞬間の辛味、清涼感が強いので眠気スッキリ。口内で清涼感が続きます」(三井さん)。/126円(14粒)、819円(ボトル)



気分スッキリ

調査方法

食品に詳しい専門家に、オフィスで噛みたいガムを選出してもらい、編集部で集計した。選者は河森理恵さん(フードライター)、久須美雅士さん(All About「コンビニグルメ」ガイド)、三井愛さん(ジャパン・フードコーディネーター・スクール講師) ※五十音順

※価格は編集部調べ