

ちよびつとコラム

# 五月病対策には たけのこ

もうすぐ梅雨、そして夏本番。  
なんだか元気がでない…

という方は、  
たけのこを  
食べましょ  
う。やる気  
を高める成  
分「チロシ  
ン」が豊富  
で、五月病  
対策に最適  
です。



(P.N. ミナフジコ)