

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)