

# オルソのお話し



健脳友の会

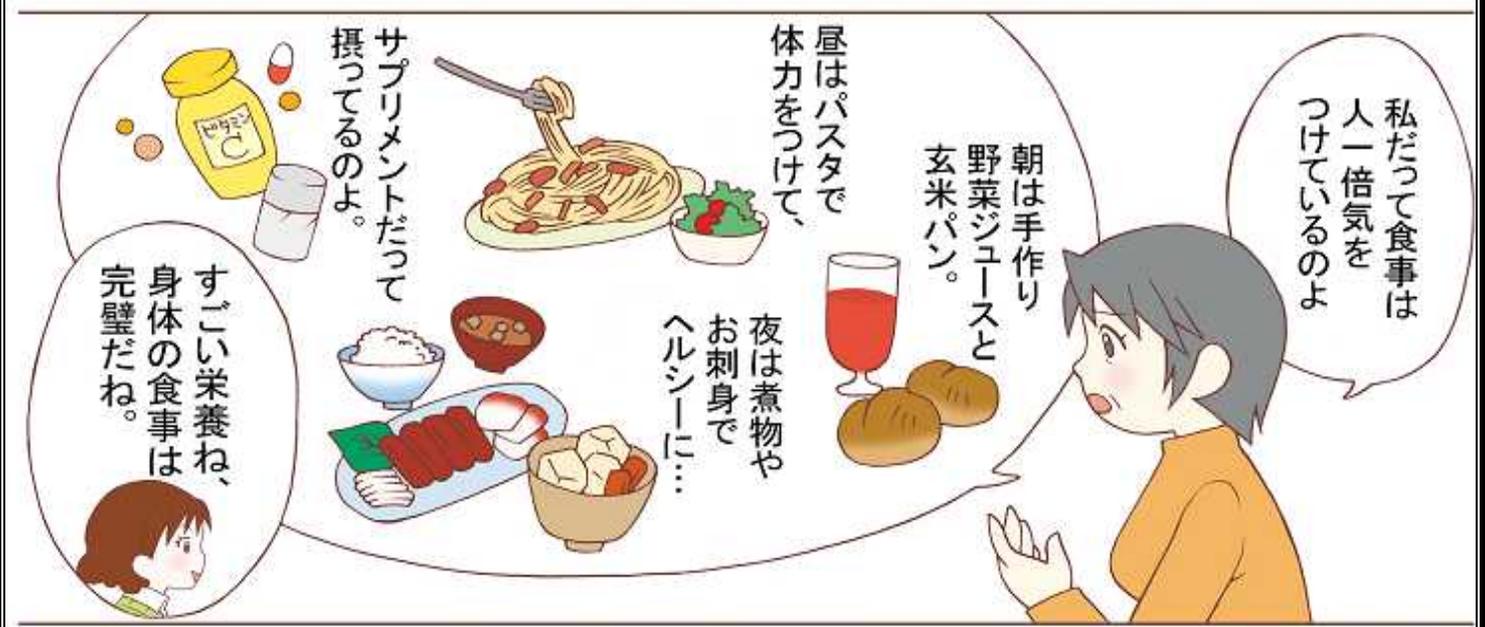
(仮社 加藤春日)



だって  
ごはんをしっかりと  
食べているもの。



B子はいつも  
いきいき  
してるのね、  
どうしてなの？



私だって食事は  
人一倍気を  
つけているのよ

朝は手作り  
野菜ジュースと  
玄米パン。

昼はパスタで  
体力をつけて、

夜は煮物や  
お刺身で  
ヘルシーに…

サプリメントだって  
摂ってるのよ。

すごい栄養ね、  
身体の食事は  
完璧だね。



A美、  
頭の食事は  
してるの？

頭の食事？



でもね、

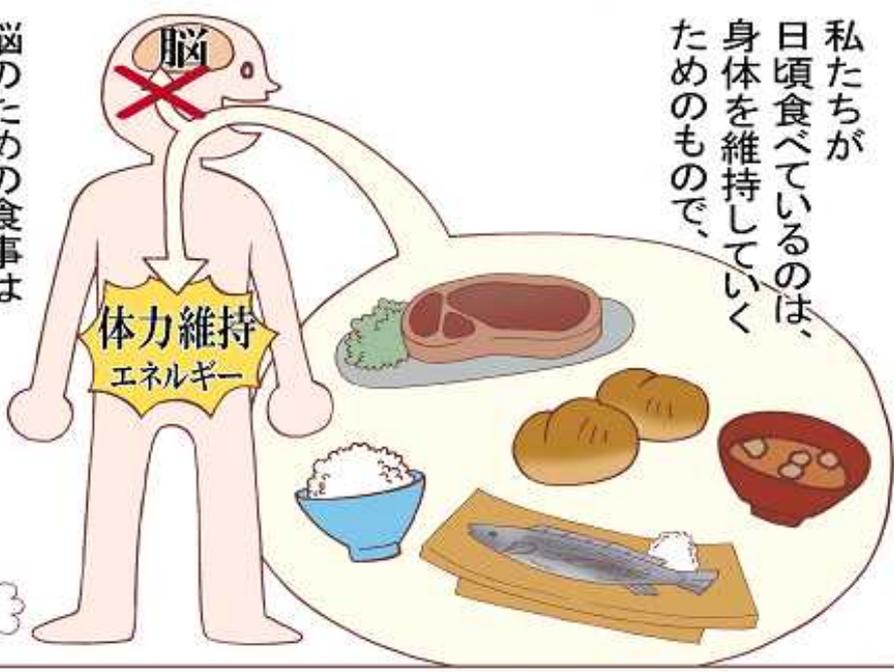
何だか  
疲れがたまってるし  
体力がないのよ。

顔も  
くすみがちだし…

私たちが  
日頃食べているのは、  
身体を維持していく  
ためのもので、

脳のための食事は  
ほとんどしてないのよ。

でも、脳は  
おりこうさんだから  
じつと我慢して  
一生懸命働き続けて  
いるの。



だけど、それには  
限界があるの。  
一番良くないのは  
ストレスね。

ストレスがたまると、  
脳は一気に弱って  
しまうんだって。



放っておくと、  
脳は身体全体に  
ちゃんとした命令を  
出せなくなって、

イライラや疲れ、  
体調不良が起きて、  
病気の原因にもなってしまうのよ。



そんな  
恐ろしい!



もつと  
怖い話を  
しようか？

お年よりの場合、  
ボケ（認知症）や  
寝たきりの  
きつかけになったり、



子供たちの学力低下や  
引きこもりなどの  
社会問題にもなるらしいのよ。

じゃあ、  
病気も社会問題も  
脳の栄養不足が  
原因の一つなんだ…

全然知らなかった…

ところでB子は  
脳の食事は  
とってるの？

私？

私には  
オルソが  
あるから大丈夫！

創造革命  
スーパーオルソ  
ORTHO

オルソ？

オルソって何？

