

# その不調、**低血糖**が **原因**かもしれません！



- ✓ 毎日寝ているはずなのに  
疲れがとれない
  - ✓ 病院に行くほどではないが、  
なんだかずっと体調が良くない
  - ✓ 食後、気絶しそうなほどの  
眠気に襲われる
- …etc.



『「なにかつらい……」がなくなる

かくれ低血糖との付き合い方』 岡城 美雪 著

あさ出版