コーヒーをのむと

コーヒはいまから２００ねんぐらいまえに、オランダ人が日本へ持ってきました。目地時代の初めまでコーヒをのむひとはすくなかったですが、いまにほんじんは１ねんにひとり３００ばいぐらいコーヒをのみます。

ところで、コーヒはからだにわるいとおもってえいるひとはいませんか。じつはコーヒはいろいろいいはたらきがあります。

まず、つかれたとき、ねむいけどしごとやべんきょうをしなければならないとき、コーヒをのむとげんきになります。あたまのはたらきがよくなります。にほんのだいがくでコーヒの働き多ついて調べたことがあります。ドラックのうんたんしゅがながいじかんくるまをうんてんしてから、かんたんなけいさんをしました。ねむかったですから、まちがいがたくさんありました。

コーヒを飲んでから、もうも一度けいさんをしました。まちがいはすくなくなりました。

次にコーヒをのむと、リラックスすることができます。ですから、わたしたちわきっさてんでともたちとはなすとき、しごとがおわってすこしやすむとき、よくコーヒをのみます。

またあっいコーヒをのむと、からだがあたたかくなります。コーヒ１ぱい２ぶんのジョギングとおなじはたらきをします。

皆さん、ちょとやすんでコーヒでものみませんか。