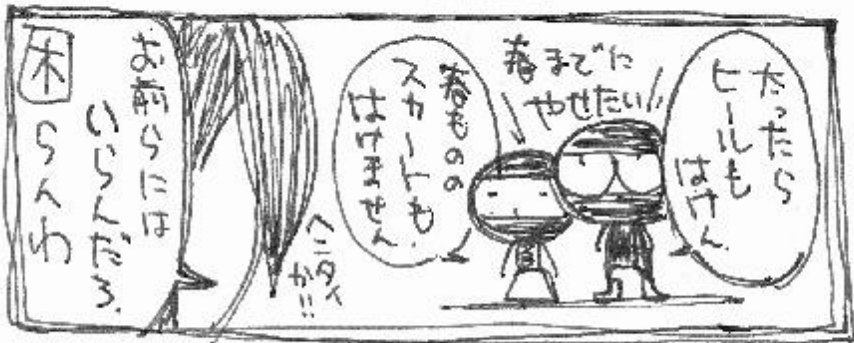
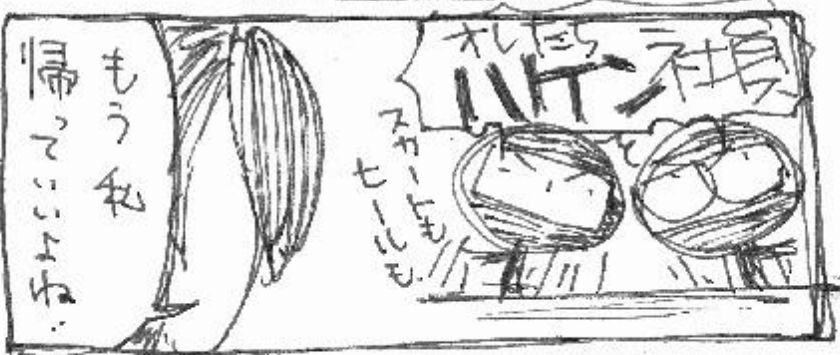


しかも.



このままでは.

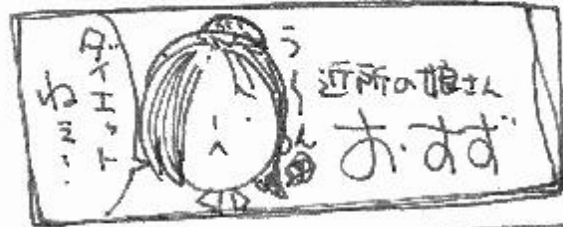


とこいうわけだ
2人はまたあ
うニートをあは
くさんあも
ういかにせー



Lot's ダイエット

体が資本の
この世界ー。
体調管理が
できるければ
さすはあひい
くじいんかた
キーン世界。



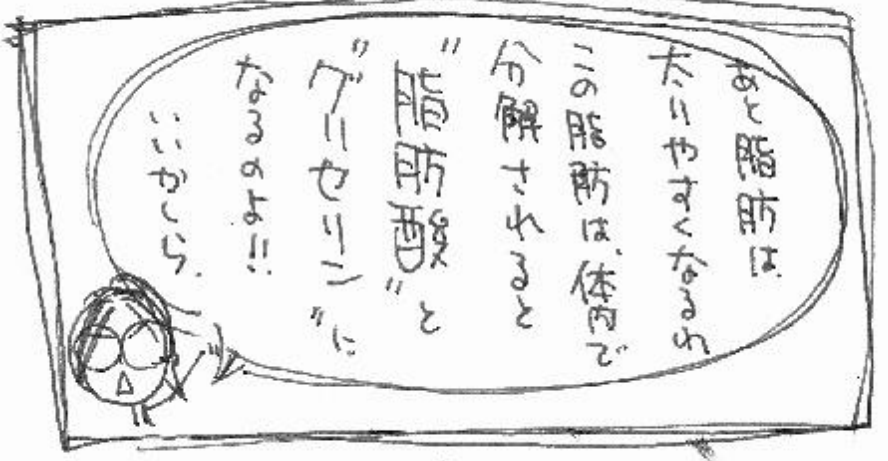
てなわけ。



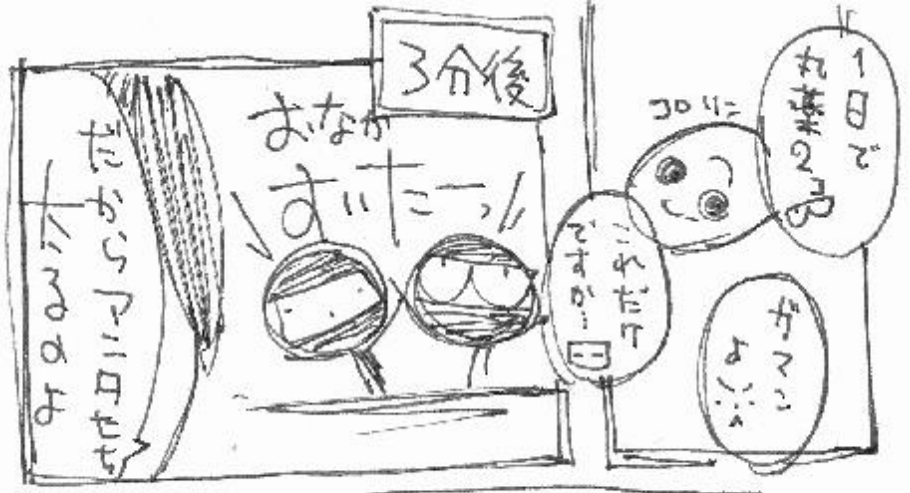
例として 1:2 で混合
AとB を 20gずつで混合
すると。

$$A = B \Rightarrow A+B$$

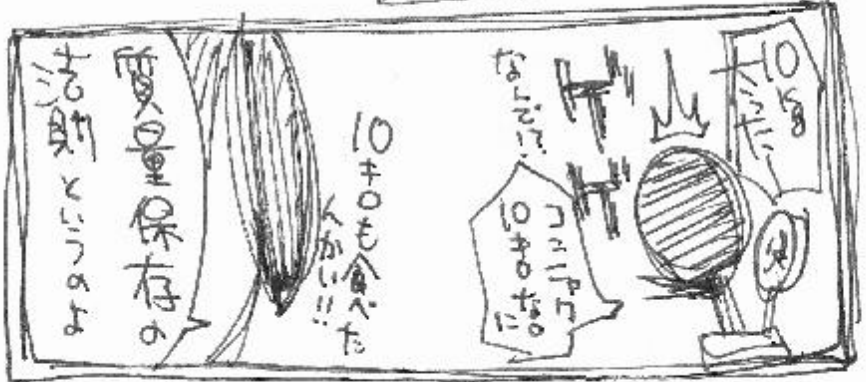
0 10g 20g 10g 20g



3



この授業
が面白い
から、
みんな
が参加
する
ように
したい
です。



4

運動かな

加速運動
一気に短く
等速運動
ずっと長く

新しい筋肉
をつくる
おもしろい

加速運動
一気に短く
等速運動
ずっと長く

でも
よくしゃべり
たい

5

こまふん筋でおける
ことであなかはひこむ!

筋肉
肝
腎
心臓
肺
胃
腸
膵臓
胆嚢
膵臓

※ダイエットは必ず腹筋をたごな!!

それが
できないなら...

腸にムシを入
れ栄養をすく
もらうかぬ
どっちも
存在します!

田圃をひん
たつふん

腸
胃
膵臓
胆嚢
膵臓

腹筋が小さく
はたはたはた

6

まとめ

キーワード
 炭水化物... 米や小麦、粉ものな、分解で糖分
 タンパク質... 肉魚卵とか、分解でアミノ酸
 脂肪 ... 油も、分解で脂肪酸とグリセリン



脂肪は、長いこと食べない時でも
 死なないための体のちの金になる!
 ちの金したらサウワのお金みたく使
 いやすくないか? 1回あつして、
 そいで使えるよになるかん!

とかと同じで、肝臓とかおなかにたま、たやうは
 長く動いて「やばい、ちの金あるさないと足りない」って
 なってからや、とたま、たしぼうがへりだす! やから
 長く運動してみな★あとやせてもふ、まんないと
 おなかはへこまん! 逆にいにはふ、まんをサで「もや
 せて見えるんやで」♪

