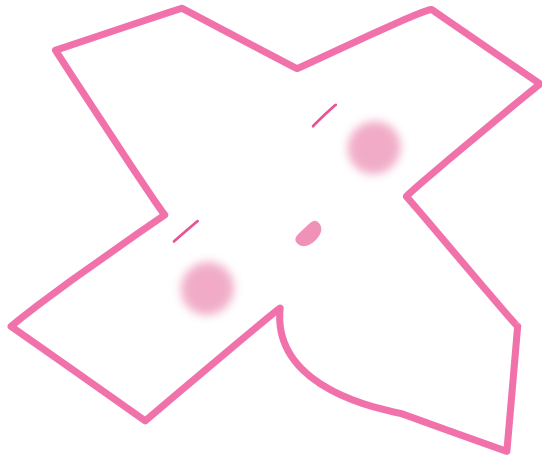


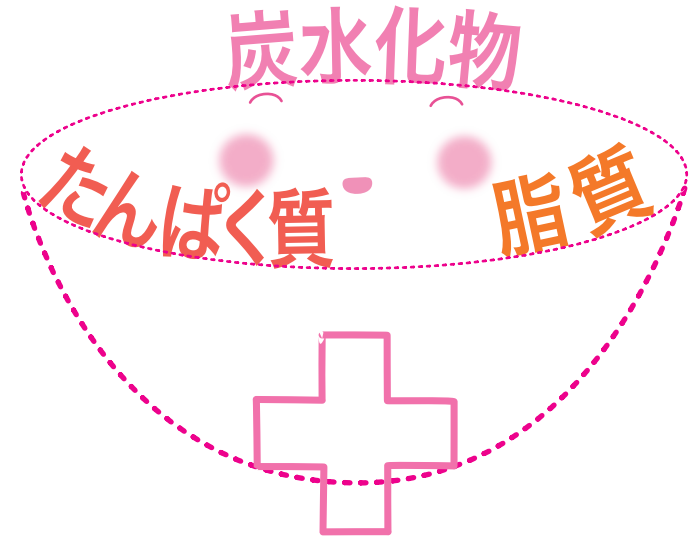
好きなモノが、多くなってもバランスを
かたよると不調



元気の源は、楽しく食べること。笑顔の素はしっかり
食べること。バランスを気にしながらしっかり…と

(5)

食が細く…低栄養に…足し算で笑顔
バランスは+で



朝・昼・夕の1日3回。かたよらず、低栄養になら
ないようにすべての基本は、食べること…です。

(6)