

あなたの食事、 だいじょうぶ？



こんな生活、していませんか？

1日に
1食か2食
しか
食べてない

食事を作るの、
苦手

夕食、家で
作ってない

お米、
食べて
ないなあ



あてはまるあなたは、
イエローカード！