

ずっとずっと一緒だよ

ロットとおじさんのへんしんものがたり





ここは、のどかな花見川区にある小さなにんじん畑。

「さあ～て今日も1日頑張るぞ！」

「おや…？」



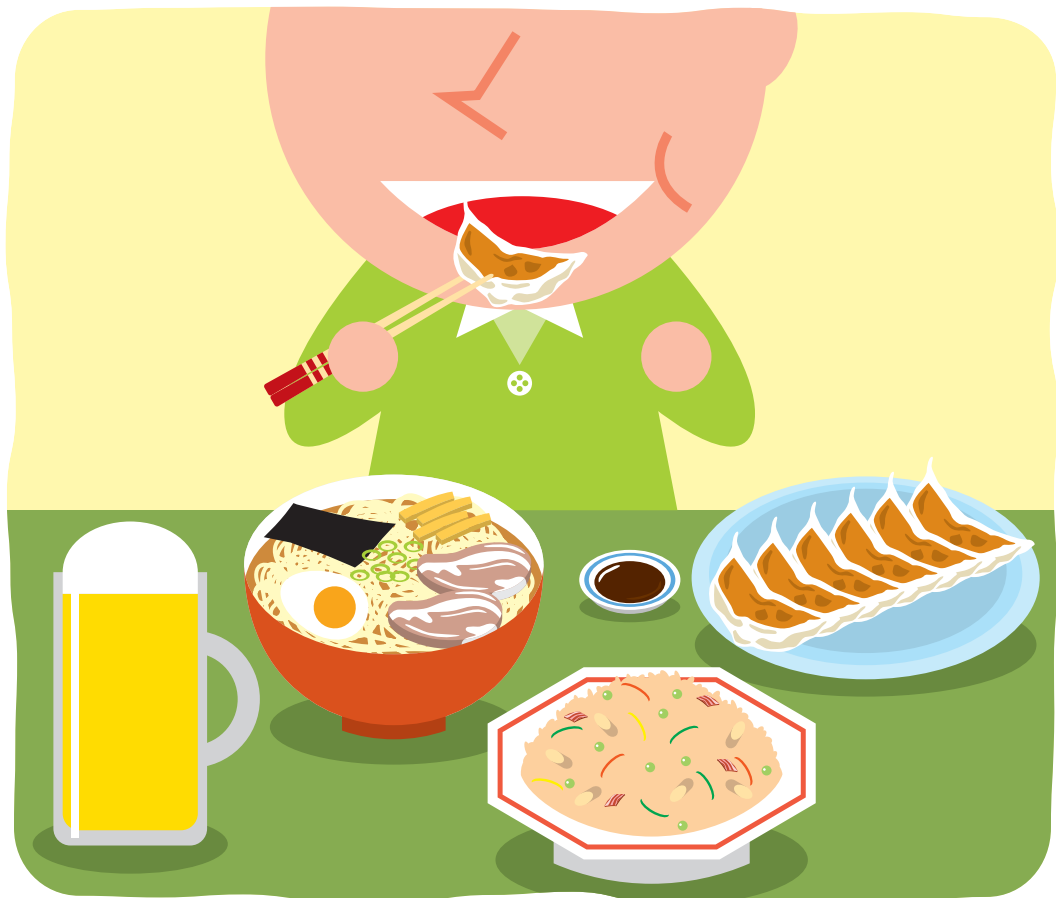
「ん…!？」



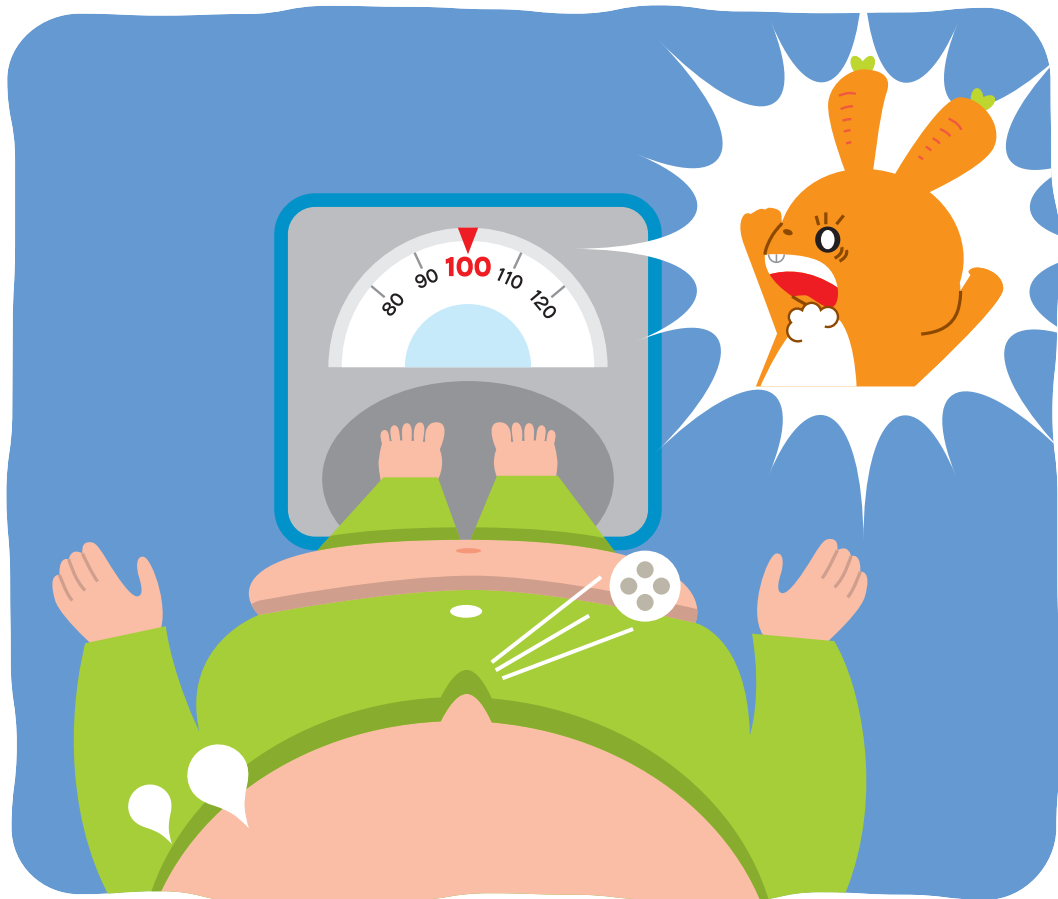
ふふふ…！ボク、ようせいのロット！
おじさんが大切に育ててくれたから、動けるようになったよ！



「そうか…まさかしゃべれるようになるなんて…」
おじさんのことが心配で出てきたんだよ！！
「えっ心配って？」



おじさん毎日夜ごはんをおなかいっぱい食べてるでしょう？
「朝ごはんを食べてないからいいんだ」



「昔、着られた服がパツパツだよ」
おじさんの体重…100kg！？ 運動してないからじゃない？



「ハハハハ……おもしろい。おっ、もうこんな時間か。」



ん…？これは夢か…？

笑顔のロットと倒れているわたしのそばで泣いているロットがいる…。



一緒に健診受けに行こうよ…おじさん！！

An illustration of a man and a rabbit walking on a path towards a hospital. The man is wearing a blue cap, a green shirt, and blue pants, and has a distressed expression with sweat drops on his forehead. A speech bubble above him contains a scribble. The rabbit is orange with a blue shirt and looks sad. In the background, there is a white hospital building with a red cross on top, set against a blue sky and green hills. A large speech bubble in the upper right corner contains the text '初めての健診'.

初めての
健診

「昨日、ロットと一緒にいられなくなった夢をみたんだ。」
「お医者さんに体を見てもらおうかな」
ロットもついていくよ！



保健指導判定値

体重

100kg

BMI

HbA1c

HDL

LDL

肝機能



「今のままだと病気になるかもしれないっていわれたよ。」

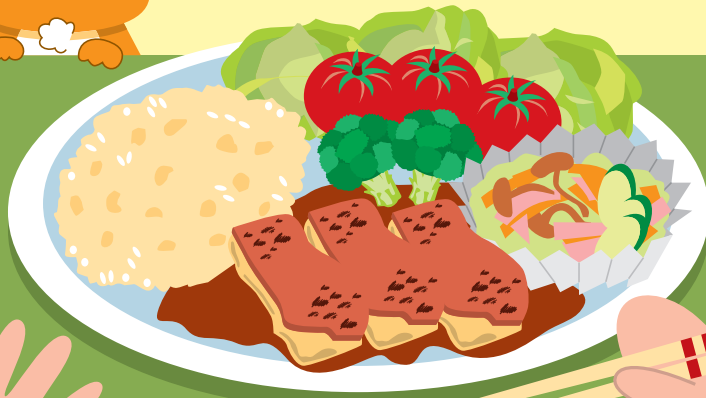


主食：3

副菜：2

主菜：1

3：1：2が大切



あれ、今日はバランスよく盛られているね。野菜もある。
「今日から食べすぎに気をつけようと思って」



「今日は運動をしていい汗かいたな。きもち良く寝られそうだ」



春、夏、秋、冬、



そして1年がたちました……。

2回目の
健診



「きつかった服がきられるようになったし、どうなっているかな。」
なんだか、おじさんの足取りが軽くなったみたい



去年より結果が良くなったよ！やったねおじさん！



ずっと
ずっと
一緒だよ！





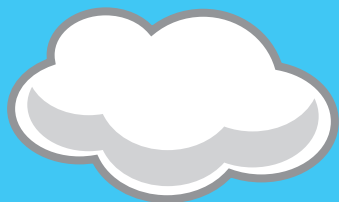
* ロット *

料理好き (ヘルシー志向)

地獄耳

糖を摂りすぎる人を見ると悲しむ

作者：淑徳大学 平成28年度 学生研究 看護栄養チーム
越塚 起子 増田 晴香 赤石澤 愛 成島 美来 岩永 瑞葉 坂田 実璃



企画・製作：千葉市花見川区役所保健福祉センター健康課

2017年3月発行