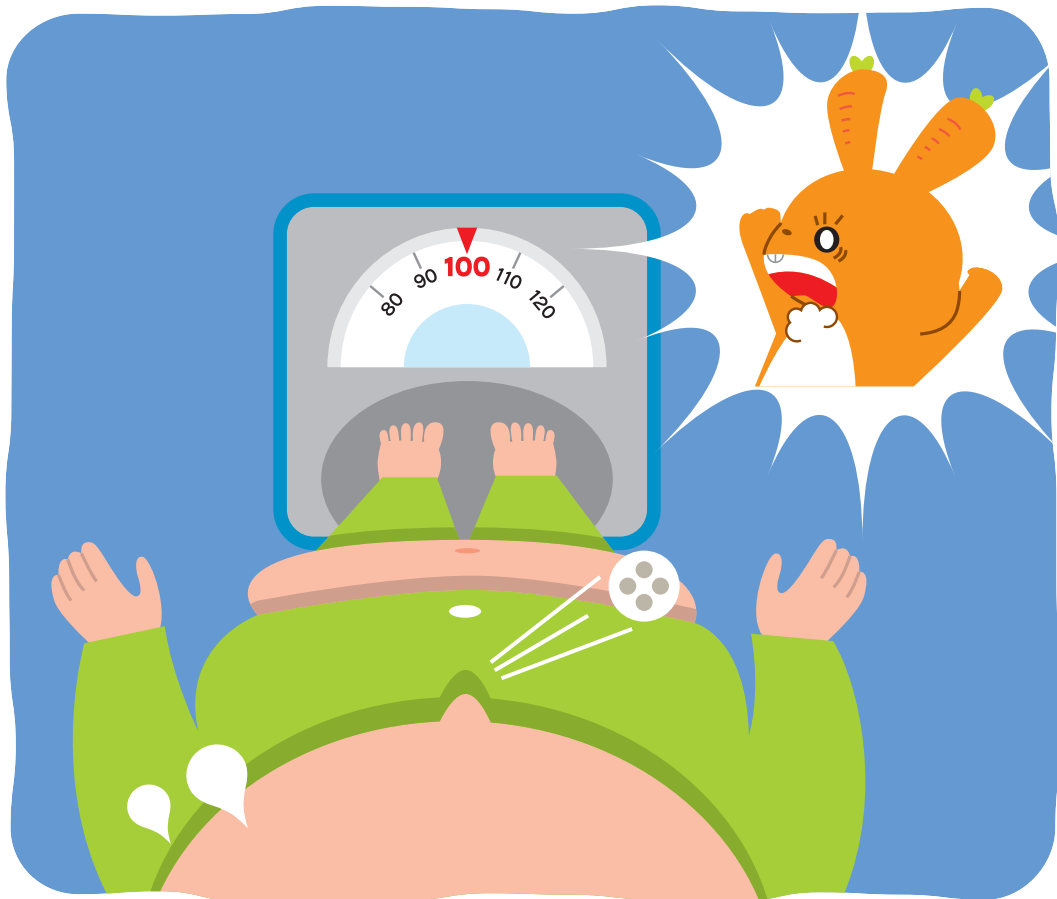


ずっとずっと一緒だよ

ロットとおじさんのへんしんものがたり







「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 white path towards a hospital building. 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. The hospital building is white with a red cross on top and blue windows. The background is a blue sky and green hills.

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！



「今のままだと病気になるかもしれないっていわれたよ。」

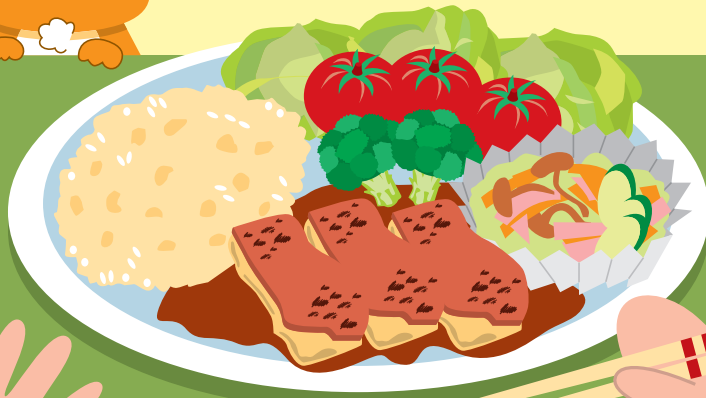


主食：3

副菜：2

主菜：1

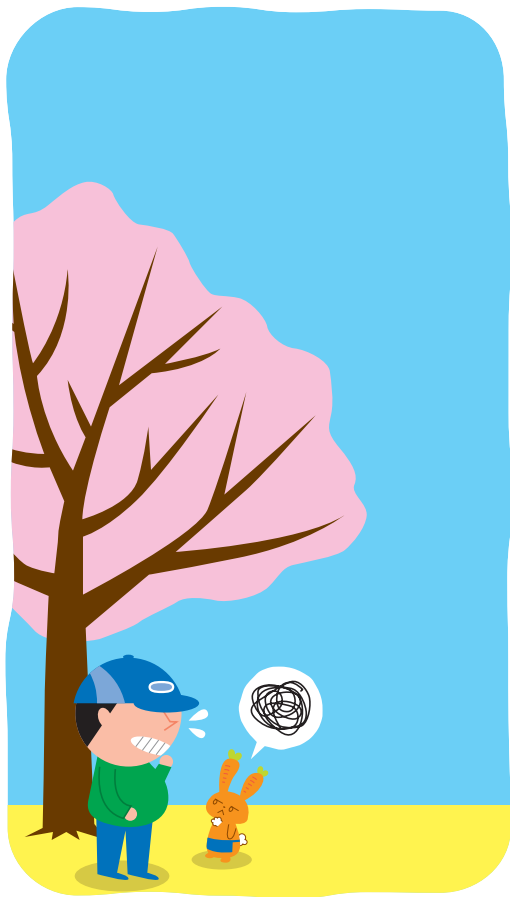
3：1：2が大切



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 *

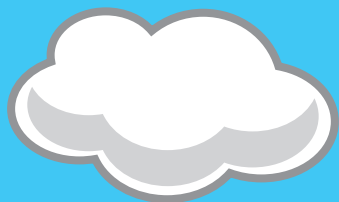
料理好き (ヘルシー志向)

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