

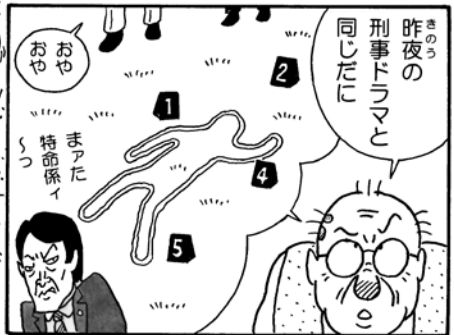
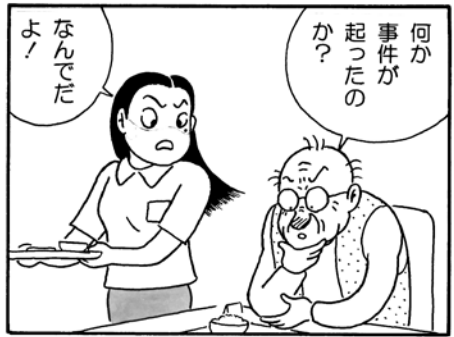
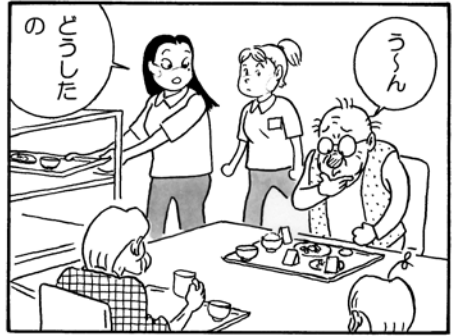
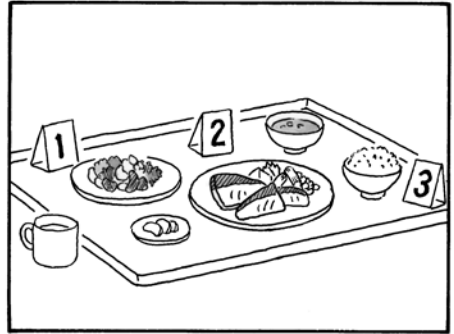
子 身

ゲサコ

28

-自立支援 編-

福田 達雄



健康診断で
糖尿病予備軍
だったから
①野菜 ②肉、魚
③ご飯の順で
よく噛んで食へて
減量するためよ

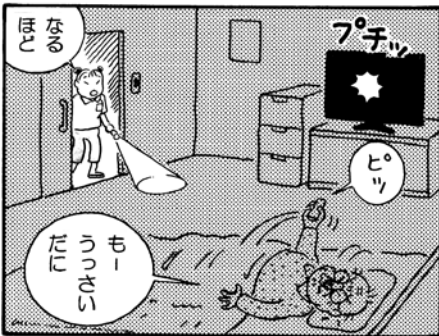
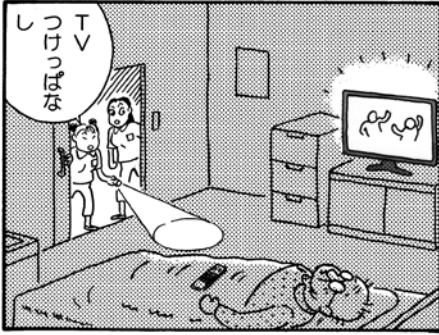
ダサコの手作り
透明マスクだよ

早食い
すると
満腹感が
なくなる
わよ

好みに
食べたい
だに



自立支援



伝達方法

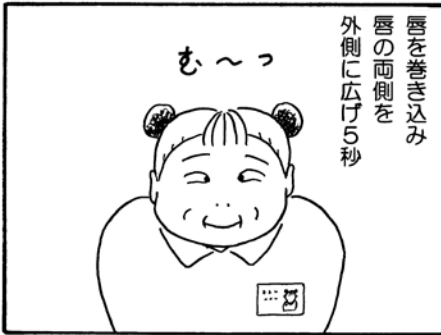


ため
試験す

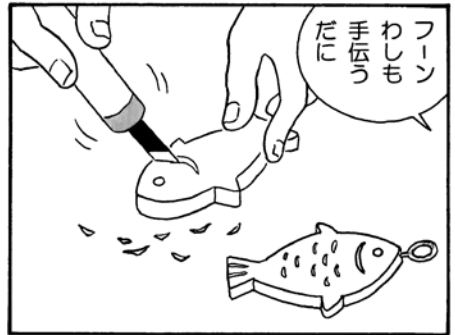
てんきゅう
天泣



たるみ



遊漁キャッチャー



2022.2.4