

あ

あまい菓^か子^し
食^たべ続^{つづ}けると

よくないよ



い

いいね

おりひめ

階段のぼって

健脚に

かいだん

けんきやく



う

うまい

あまい

とちおとめ

うつく

たべてもつと美しく



え

えんぶん

塩分の

けつあつじょうしょう

血圧上昇

ようちゅうい

要注意

とりすぎは



お

お味噌汁 みそしる

げんき みなもと
元気の源

ぐ
具だくさん

