

	の	的	け	た	け	な	く	薬	ら	血	に	圧	て	塩	て				
で	だ	に	で	こ	な	く	な	を	私	圧	悪	や	き	に	減	「			
は	°	暮	な	と	い	な	り	欠	の	「	え	と	た	つ	塩	減			
実		ら	く	が	時	っ	過	か	祖	と	い	う	°	い	が	塩			
際		し	、	あ	が	て	ぎ	さ	母	い	き	に	調	て	大	っ			
減		て	減	る	あ	し	る	ず	は	う	よ	よ	べ	深	切	て			
塩		い	塩	°	る	ば	と	飲	血	言	う	病	て	く	な	い			
す		く	は	高	ん	ら	、	ん	圧	葉	が	の	み	考	ん	っ			
る		た	病	血	だ	く	め	で	が	に	あ	リ	る	え	だ	た			
た		め	気	圧	よ	横	ま	い	高	私	る	ス	と	る	ろ	い			
め		に	の	な	°	に	い	る	く	は	と	ク	塩	こ	う	何			
に		と	リ	ど	と	な	が	か	毎	ハ	書	が	分	と	？	だ			
ど		て	ス	の	前	っ	し	ら	日	ッ	い	高	の	な	ろ	う			
の		も	ク	持	に	て	て	だ	血	と	て	く	と	く	私	？			
よ		大	を	病	祖	休	立	°	圧	し	あ	な	り	食	は	「			
う		切	減	を	母	ま	っ	「	を	た	っ	り	す	生	こ	「	塚		
な		な	ら	持	か	な	て	血	お	°	た	、	ぎ	活	れ	「	田		
取		こ	し	つ	ら	い	い	圧	さ	な	°	身	は	を	ま	ど	美		
り		と	健	人	聞	と	ら	が	え	ぜ	「	体	高	送	で	う	紀		
組		な	康	だ	い	い	れ	高	る	な	高		血	っ	減	し			

こ	未	作	た	が		だ	て	り	な	に	う	油	を	二	付	ど	て	し	み
れ	来	っ	°	十	こ	°	フ	お	ど	つ	油	差	食	つ	け	具	た	合	が
か	の	て	今	年	の		ル	や	の	な	で	し	材	目	る	材	°	っ	で
ら	身	い	の	後	話		ー	つ	フ	が	も	を	に	は	汁	を	一	た	き
は	体	る	私	の	し		ツ	に	ル	る	ム	使	直	お	の	多	結	る	か
減	、	わ	の	自	合		の	含	ー	か	ラ	う	接	す	分	く	果	、	家
塩	家	け	食	分	い		栄	ま	ツ	ら	な	こ	か	し	量	い	、	減	族
に	族	だ	生	を	の		養	れ	に	だ	く	と	け	や	が	れ	減	塩	で
対	の	°	活	作	中		素	る	置	°	全	°	る	冷	減	こ	の	話	
す	未	毎	が	る	で		を	食	き	三	体	こ	時	や	り	と	た	し	
る	来	日	二	ん	私		と	塩	か	つ	に	れ	は	っ	減	°	め	合	
意	の	口	十	だ	の		こ	を	え	目	広	に	ス	こ	塩	こ	に	う	
識	健	に	代	よ	母		と	減	る	は	が	よ	プ	の	に	れ	三	こ	
を	康	す	の	°	は		が	ら	こ	お	る	、	レ	よう	つ	に	つ	と	
高	に	る	自	と	「		で	す	と	や	こ	少	ー	に	な	よ	の	に	
め	も	も	分	教	今		き	こ	°	つ	と	量	式	し	が	り	目	し	
、	つ	の	の	え	の		る	が	こ	を	で	の	の	よ	る	、	標	た	
ま	な	が	身	て	食		か	で	れ	バ	満	し	し	う	か	も	を	°	
ず	が	私	体	く	生		ら	き	に	ナ	足	よ	よ	油	ら	り	立	話	
は	る	の	を	れ	活				よ	ナ	感		う		だ				

。

。

