

ど		い	付	そ	康	う	る	汁	も	計	て		た	れ	す	て					
は	だ	味	け	汁	的	す	の	は	0.4	っ	き	ま	。	で	味	い	私				
、	か	だ	て	を	で	味	で	は	%	つ	た	た		、	で	いま	の				
味	ら	と	育	う	お	、	、	い	（	つ	週	、		毎	ち	す	家				
が	、	思	っ	す	い	塩	塩	つ	）	も	は	私		日	よ	。	の				
こ	お	い	た	味	し	分	の	も	う	家	は	給		私	う	なぜ	み			桃	
い	店	ます	の	と	い	の	う	族	す	族	給	食		が	ど	なら	そ			李	
と	の	。	で	言	と	う	度	に	味	に	委	委員		み	い	ら	汁			小	
感	料		、	う	思	を	を	う	で	う	員	な		そ	と	、	は			学	
じ	理		私	け	い	計	計	す	。	す	の	の		を	言	私	、			校	
る	や		に	ど	ま	っ	っ	味	私	。	で	で		入	われ	が	い				
こ	買		と	、	す	て	み	で	が	私	、			れ	み	つ	つ			六	
と	っ		っ	私	。	み	ると	おい	味	が	塩			る	そ	も	私			年	
が	て		て	は	塩	ると	、	し	を	が	分			こ	を	私	が				
多	きた		は	こ	分	、	0.4	いと	つ	味	の			と	入	を	み			亀	
い	た		ち	の	が	0.4	%	言	け	を	み			に	れ	そ	が			田	
で	お		よ	味	%	%	、	わ	た	つ	度			なり	を	を	み			ひ	
す	弁		う	を	の	も	0.4	わ	み	を	は			まし	と	入	そ			ろ	
。	当		ど	身	み	健	%	れ	そ	を	そ			し	う	れ					
そ	な		い	に			（														

が		く	を	減	で	き	こ	で		う		胃	の	聞		な	食	が	う	
元	こ	っ	う	塩	は	る	と	意	学	す	私	が	病	い	ま	が	事	う	い	
気	れ	た	ま	食	な	こ	が	識	校	味	は	ん	気	た	た	っ	を	す	う	
で	か	り	く	品	く	と	で	し	で	の	、	等	や	の	、	て	す	く	も	
生	ら	で	活	を	、	が	き	て	給	料	そ	に	腎	で	い	い	る	て	の	
活	も	き	か	見	料	あ	ま	な	食	理	ん	な	臓	学	ま	ま	こ	お	と	
で	、	る	し	つ	理	る	し	か	委	を	な	っ	病	校	す	。	と	い	家	
き	減	と	て	け	に	と	た	っ	員	続	病	て	、	で	。	が	し	し	の	
る	塩	思	、	て	は	気	。健康	「	と	け	気	し	尿	塩		、	い	い	ご	
よ	を	い	さ	使	、	づ	の	減	し	た	に	路	結	分		我	と	は	ん	
う	意	ます	ら	っ	お	き	た	塩	活	ま	か	石	結	の	が	家	思	ん	や	
、	識	。	に	たり	母	まし	た	」	動	し	か	、	石	と	の	の	い	ま	給	
我	し		お	、	さん	した	。	減	す	こ	ら	骨	粗	り	す	減	す	。	食	
が	て		い	う	と	た	み	塩	る	と	な	粗	し	ぎ	ぎ	塩	。	こ	を	
家	、		し	ま	ス	。	そ	」	中	が	い	し	よ	は	は	と	こ	の	比	
の	家		い	味	ー	み	そ	」	で	分	た	よ	う	よ	よ	健	よ	う	べ	
み	族		料	（	パ	そ	汁	」	、	か	め	う	症	、	く	康	う	と	る	
そ	み		理	だ	ー	汁	だ	」	今	り	に	や	や	血	な	に	な	と	と	
汁	ん		を	し	で	だ	け	」	ま	ま	も	や	や	管	と	つ	な	味	味	
を	な		つ	し	で	け	け	」			、									

																					い	守
																					い	り
																					味	続
																					の	け
																					み	た
																					そ	い
																					汁	と
																					を	思
																					・	い
																					・	ま
																					・	す
																					。	。
																						我
																						が
																						家
																						の
																						ち
																						よ
																						う
																						ど