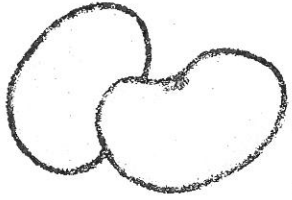


ま



豆

や



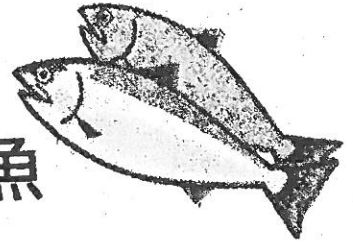
野菜

ご



ゴマ

さ



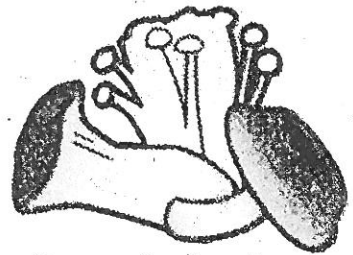
魚

は (わ)

ワカメ、
海藻

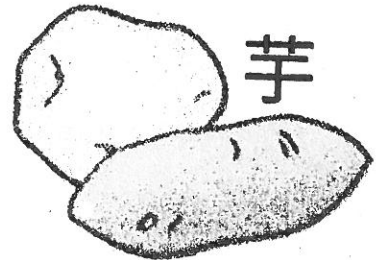


し



シイタケ、
キノコ

い



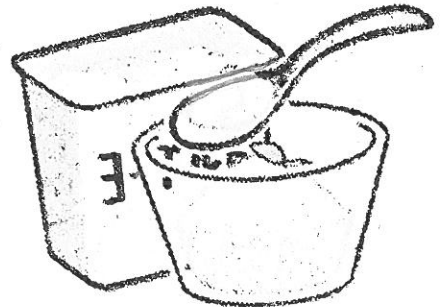
芋

健康と

長寿の

ための食生活

ヨ



ヨーグルト

「より健康で生きていることが幸せの根底にある」