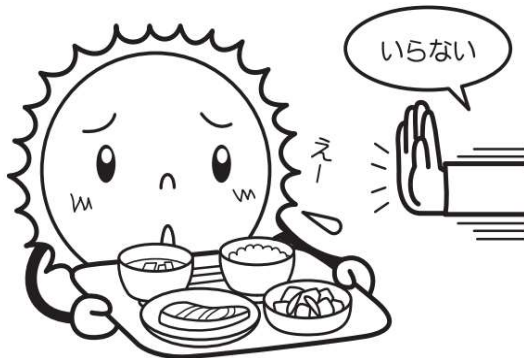


チェックしてみよう!

生活習慣病を招きやすい食生活

朝食を食べないことが多い



ファストフードや清涼飲料をとることが多い



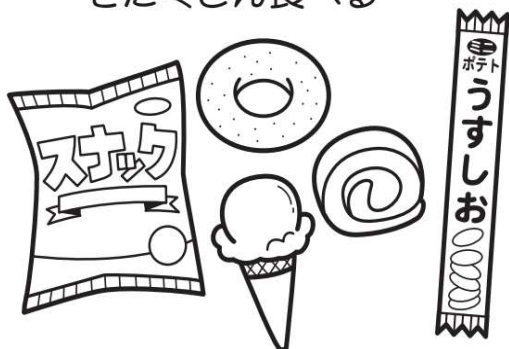
いつもおなかがいっぱいになるまで食べてしまう



食べるのが早い



スナック菓子や甘いお菓子をたくさん食べる



夜食を食べることが多い



たくさんある人は要注意! 食生活を見直そう!