

そのマニュアルは だれのためのもの？

何でも食へられる子になって欲しいという気持ちはわかります。でも、ちよつと「私だったらどうかな？」と振り返ってみましょうね。

「32歳・女性 野菜サラダ、味噌汁、しゃげを焼いたもの、ごはん1膳、ミカン1個」といわれても、そんな気分じゃないときだってあるし、その量では多い人も足りない人もいますよね。

