



りんご

「^{いち}1日^{いしゅ}1このりんごは医者をとおざける」

という「ことわざ」を知っていますか？

りんごは、からだによいことで知られています。

かわみ のさかい目には食物せんいが
多く、ちよう はたら 働きをげんきにする力がある
ので、よくあら 洗って、かわご と た 食べるのが
おすすめです。

