

しよゆポタくと

9月は

循環器疾患予防月間

ぽたっと適塩Project

by 中央×ひたちなか×日立保健所



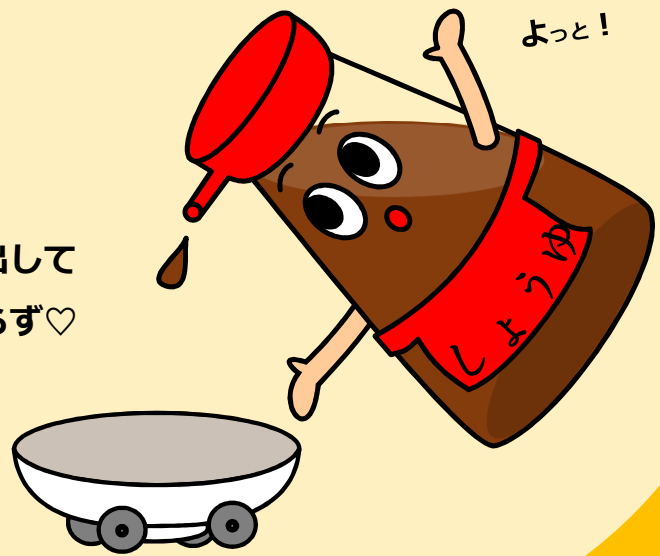
うっかり
かけすぎ
要注意!



せっかくのお料理が
台無しポタ～

ぽたっといいあんばい

小皿に出して
失敗知らず♡



ぼくたちを

「いいあんばい」に使って

高血圧予防!

