

宴会で出てきたおいしい料理は
みんなで残さずたべよう！

さんまる

いちまる

30・10運動



其の1 食べきれる分だけ注文するのだ！

其の2 開始30分、終了10分は
きっちりお料理をたべるのだ！

其の3 食べきれない料理は、みんなで
おいしくいただくのだ！
団指すは完食！ 食べきることで
地球環境のダイエットも心がけて



1