な行

下記のカルタを切り取って、ご利用ください。

な

納豆・がんも・
豆腐・油揚げ
みんな豆から
できている

に

肉・魚・卵・
豆製品
たんぱく質の
補給源

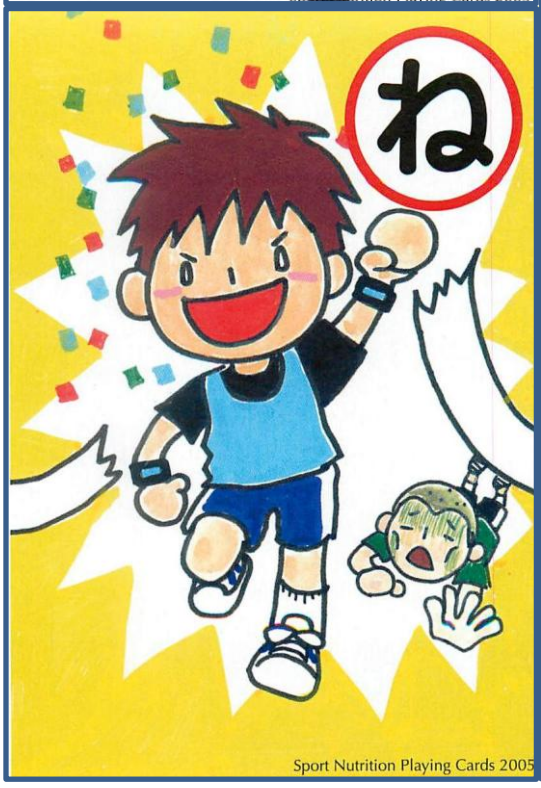
Sport Nutrition Playing Cards 2005

ぬ

抜(ぬ)いた一食(いっしょく)

疲労(ひろう)で感(かん)じる

その影響(えいきょう)



Sport Nutrition Playing Cards 2005

ね

ねばり勝(が)ち

スタミナ

切(き)れては

できません

の

残さずに

何でも食べる

スポーツ選手