

朝の日課

- (1) 私には独身の友人がいます。
- (2) 名前はジャックといいます。
- (3) シカゴの繁華街で靴の販売員として働いています。
- (4) 毎朝通勤途中に、ジャックはドーナツ屋に立ち寄ってチョコレートドーナツとコーヒーを買います。
- (5) ジャックはこの朝の日課が気に入っていますが、それは速くて簡単だからです。
- (6) 朝食を作ったり、皿を洗ったりする必要がありません。
- (7) しかし、ジャックの朝食は健康に良くありません。
- (8) この前健康診断を受けに医者に行った時、ジャックはコレステロール値が高いと言われたそうです。
- (9) また医者は、ジャックは太りすぎているから少なくとも5キロは減量した方がいいと言いました。
- (10) (そして)医者はジャックにもっと運動をして、脂肪分の多い物を食べるのをやめるように言いつけました。
- (11) ドーナツは大量の油を使って揚げるのです。
- (12) ジャックも自分の食習慣を改めた方がいいということは認めています。
- (13) しかし、忙しすぎて毎朝体に良い朝食を用意することはできないと言っています。
- (14) さらに、運動をする時間もないと言っています。