

よぼう
病氣予防のポイント

よぼう
『病氣予防のハウスキーパーピング』

はやね早起き

生活をふり返って、
病氣のよぼう予防に心がけましょう？

てあら
うがいと手洗い

すききらいをなくす

きがえ

