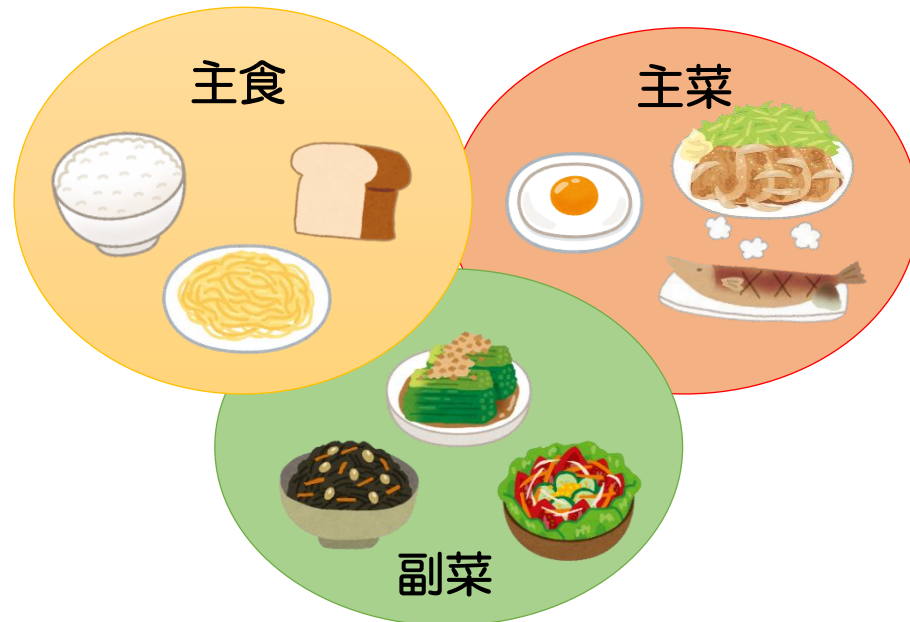


免疫力を高める食事とは、
バランスのよい食事です。

1日3食規則正しく、
主食・主菜・副菜をそろえて食べる。



この機会に
振り返って
みましょう！

