

カラダ  
Smart News スマートニュース



Aug.2023

8

topic /

- ◆ スマートニュース
- ◆ 「血糖値のコントロールが重要！」  
今月の元気めしー!
- ◆ 「ヘルシーチンジャオロース」  
スマート!
- ◆ 「10分からはじめよう！」  
テレビや音楽を聴きながら  
有酸素運動!」

