



免疫力アップ! からだポカポカ

### 焼き梅干しの作り方

【用意するもの】梅干し2-3個、フライパン、焼き紙

弱火で焦げないように焼く → お湯・お茶に入れて飲む☆

作りおきしても、効果は続きますよ!!

×× 口腔内の免疫カダウン ↓

悪玉菌が気管支を通じて鼻腔や内耳まで感染

口腔内でも善玉菌を土着させよう

風邪やインフルエンザのリスクUP!!!

こんにちは! 寒さを言い訳に

ひきこもり 味の **ちび太** です。

今日はバレンタインですね!

バレンタインデーには **チョコレオピン** のPresentを用意して皆様をお待ちしています。

たくさん来てくれるといいなあ。

××!! **プロバイオティクスK12**

悪玉菌の繁殖を抑制

舌舐めるマスク K12 タブレット

母乳中にいる善玉菌

免疫力が高い!