



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、焼き網

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

⇒ 風邪やインフルエンザの リスクUP ↑

□ 口腔内でも 善玉菌を 増やしましょう。

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ね。

××!! **プロバイオティクスK12**

悪玉菌の繁殖を抑制

⇒ **K12菌** とは? 母乳中にいる 善玉菌

舌舐めるマスク K12 タブレット

⇒ 免疫力が高い!