

ほっぺ体操

食事をおいしく食べるには、お口の健康が大切です。「ほっぺ」をたくさん動かして、お口のまわりの筋肉を若々しく保ちましょう。

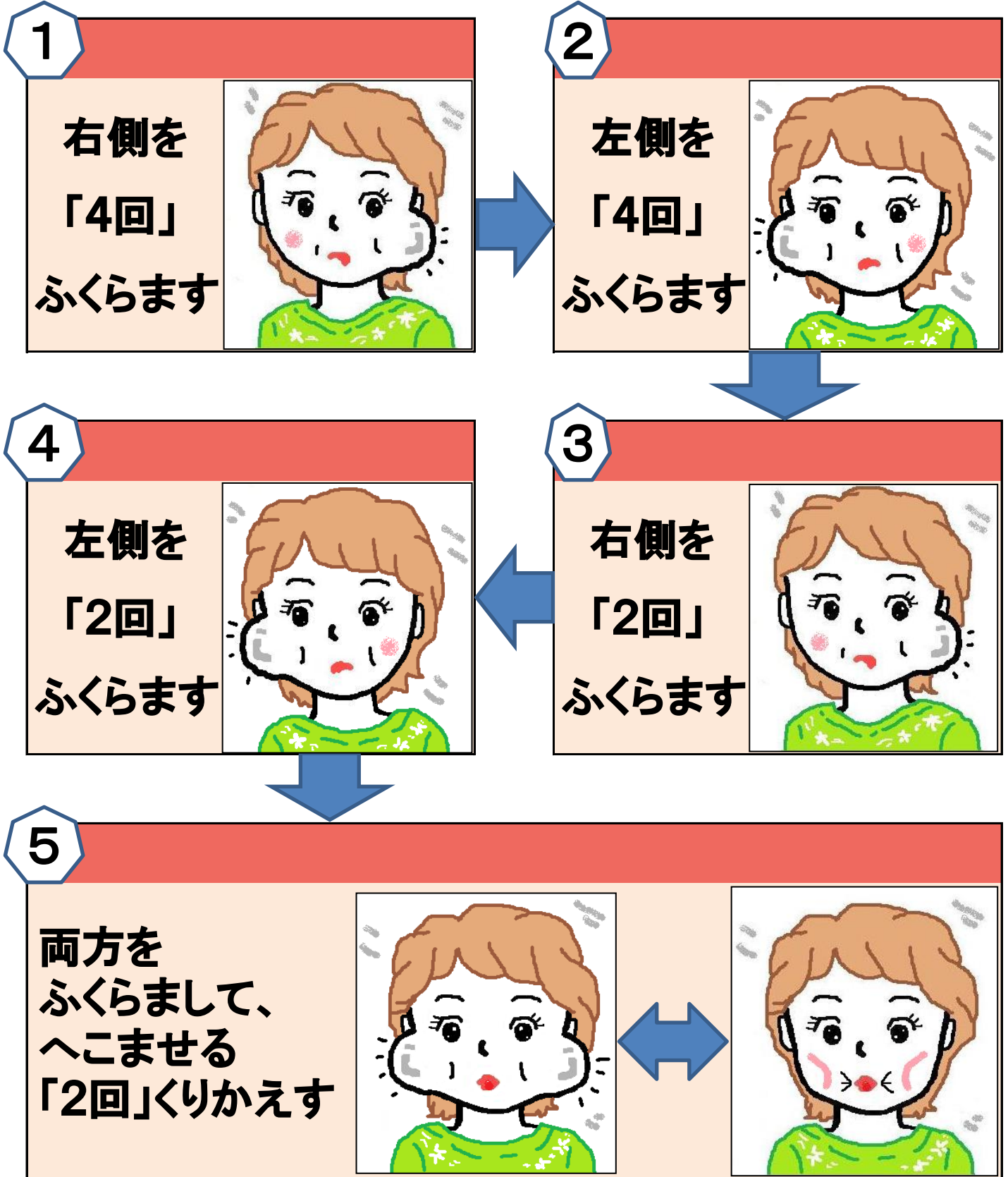


私と一緒に、「ほっぺ」の筋肉を動かしましょう。お口も、お顔も若々しくなるわよ！！

くわしい方法は
裏面を参照してください

ほっぺ体操

※ 絵は「かがみ合わせ」で見てください。



余裕のある方は、2回どうぞ ♥