

替式の非一。は是非元から

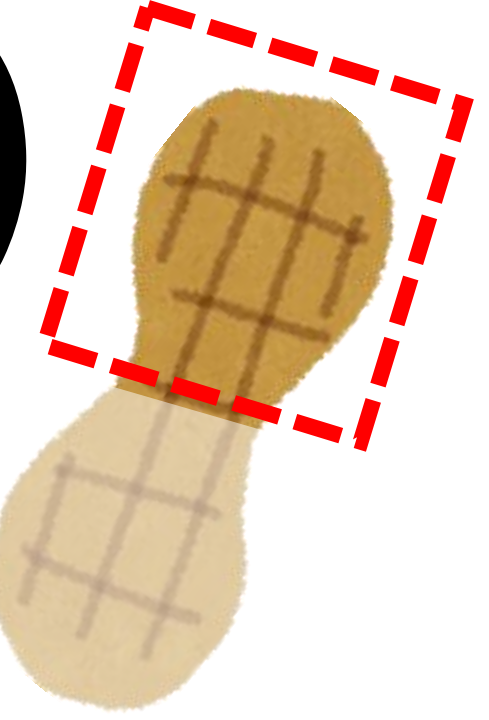
野暮来

食入る？

毎回の食事には野菜を

健康づくりに
は未来への自己投資

ここままでで落花生1粒分の
エネルギーを消費



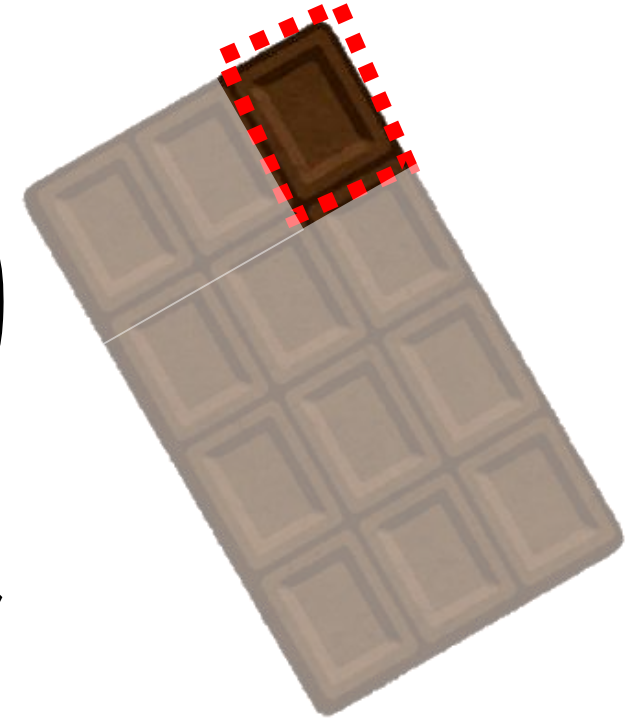
たまたまのシンパ通り1歩1海目の階段

この1歩が美脚へつながる

歩いてくると自分の方が好き

3階までの階段上り 約3回分で

板チョコ1かけ分のエネルギーを消費



「#1」のほかにしている証拠

ぞうだ!! 階段でころ!!

0円段階の「トホホ」

階段は「**0冊目**」です

素敵ですあなただの後ろ姿

よく食べる人は何段分まで消費？