

みま〜も



みま〜も

2014.Vol.1

特集

支えあいの町を目指して!

「まちづくりが元気!おおた」 登録事業

ステッカーを掲示する事業所が
あなたのお役に立ちます!



人・ひと・ヒト——大田区長・松原忠義さんインタビュー

健康のエビデンス——病気や寝たきりを防ぐ「歩数」とは?

東京都健康長寿医療センター研究所 青柳幸利さん

お手軽!ヘルシー&らくちんレシピ——便利でヘルシーな「乾物」でレパートリーを増やそう!

意外!もちもち食感 高野豆腐の揚げだし

FREE
0円

ご自由にお持ちください