



布団の誘惑に勝って今日も参加。体操は3分でもそこに挑む勇気は100点満点！
クーラーの効いた部屋で冷えた身体を温めることで自律神経改善(*^-^*)
(7月のラジオ体操チャレンジ)

1日2回、朝礼時、午後のあいさつ時にラジオ体操。
身体がスッキリします(^^) /



ラジオ体操に参加して商品ゲット♪

ラジオ体操チャレンジ！今日も参加したで賞