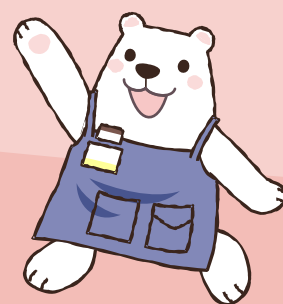


元気の つくりかた



心のありようや、身体づくりなど、
心身ともに元気になれる本を
集めました。

元気がある日も、元気がない日も、
あなたの心と身体を大切に
新たな1年をお過ごしください。