

ま

まいにち
毎日の

けつあつそくてい
血圧測定

げんき
元気のしるし



み

健康家族

けんこうかぞく

みんな
で減塩

げんえん



む

むり

無理せ

まい
にち
ある

毎日歩こう

すこしずつ



め

めきめきと

げんき

元気いっぱい

あしかがしみん

足利市民



も

もりもりと

こざかなた

小魚食べて



ほねじょうぶ

骨丈夫