

クイズ①

Q：笑顔になると体はどうなるでしょうか？

- A 変わらない
- B リラックスする ←正解！**
- C ドキドキする



クイズ②

Q：肝がんを追い払うための健康運動であっているものは？

- A 体重を減らすことが目的
- B きつい負荷の運動を頑張る
- C 大きい筋肉を鍛える ←正解！**



クイズ③

Q：栄養上、脂肪肝の予防・改善について正しいものを選んでください。

- A バランスの良い食事をする ←正解！**
- B 1日1食にする
- C 同じものばかり食べる



みんな正解だったかな？  
質問の回答はまた後日公開するよ♪  
楽しみに待っててね！

クイズ④

Q：お口のセルフケア方法で正しいのはどれでしょうか？

- A 歯間ブラシのサイズはどのサイズを使用しても良い
- B 歯垢はうがいで取り除くことがでない ←正解！**
- C 入れ歯は歯磨き粉を使って磨くと良い

