

7:10

東京
9℃

「寒暖差インフル」予防①「●●を温める」

自律神経整える「寒暖差インフル」予防

Q1

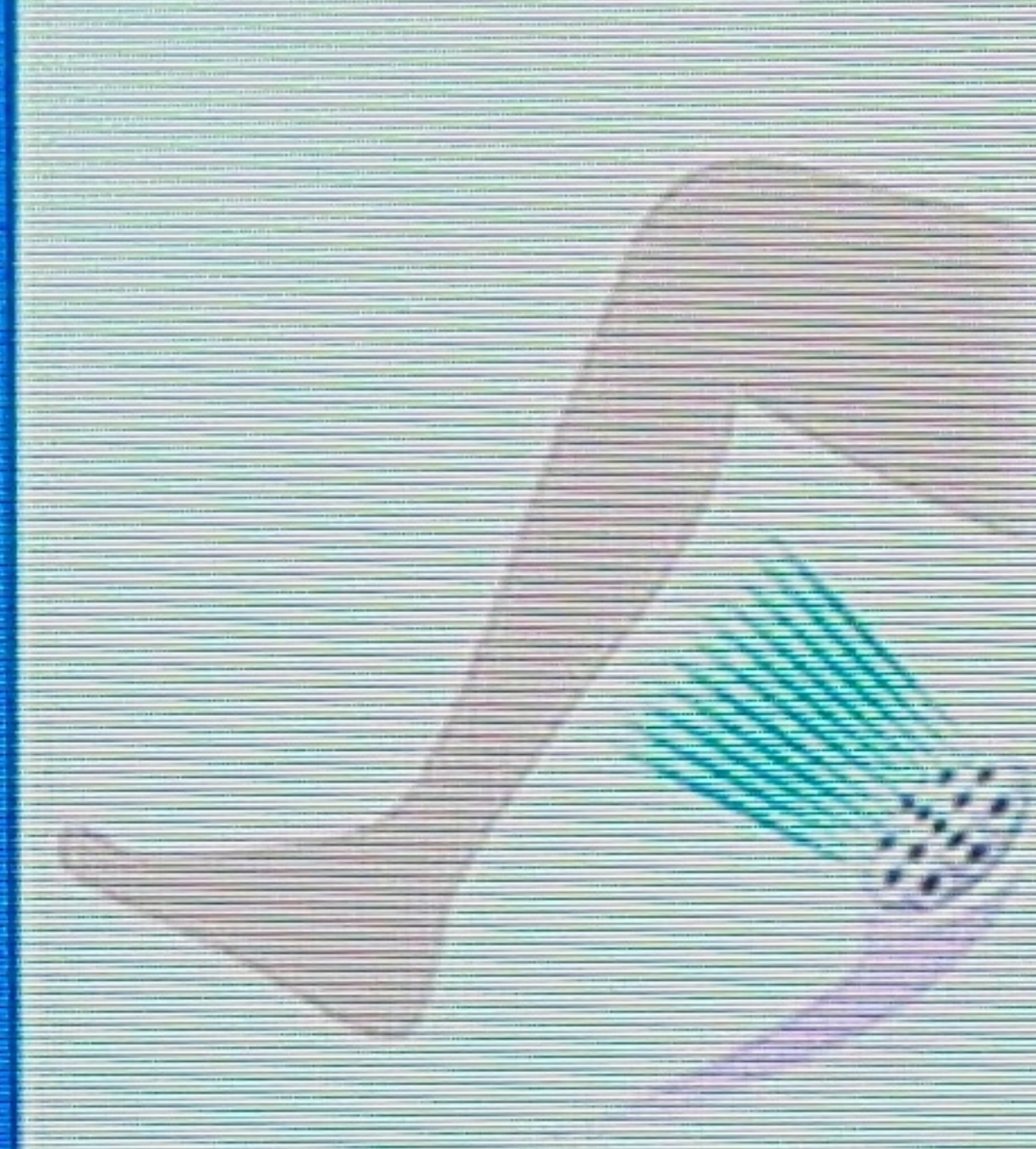
シャワーで●●を温める



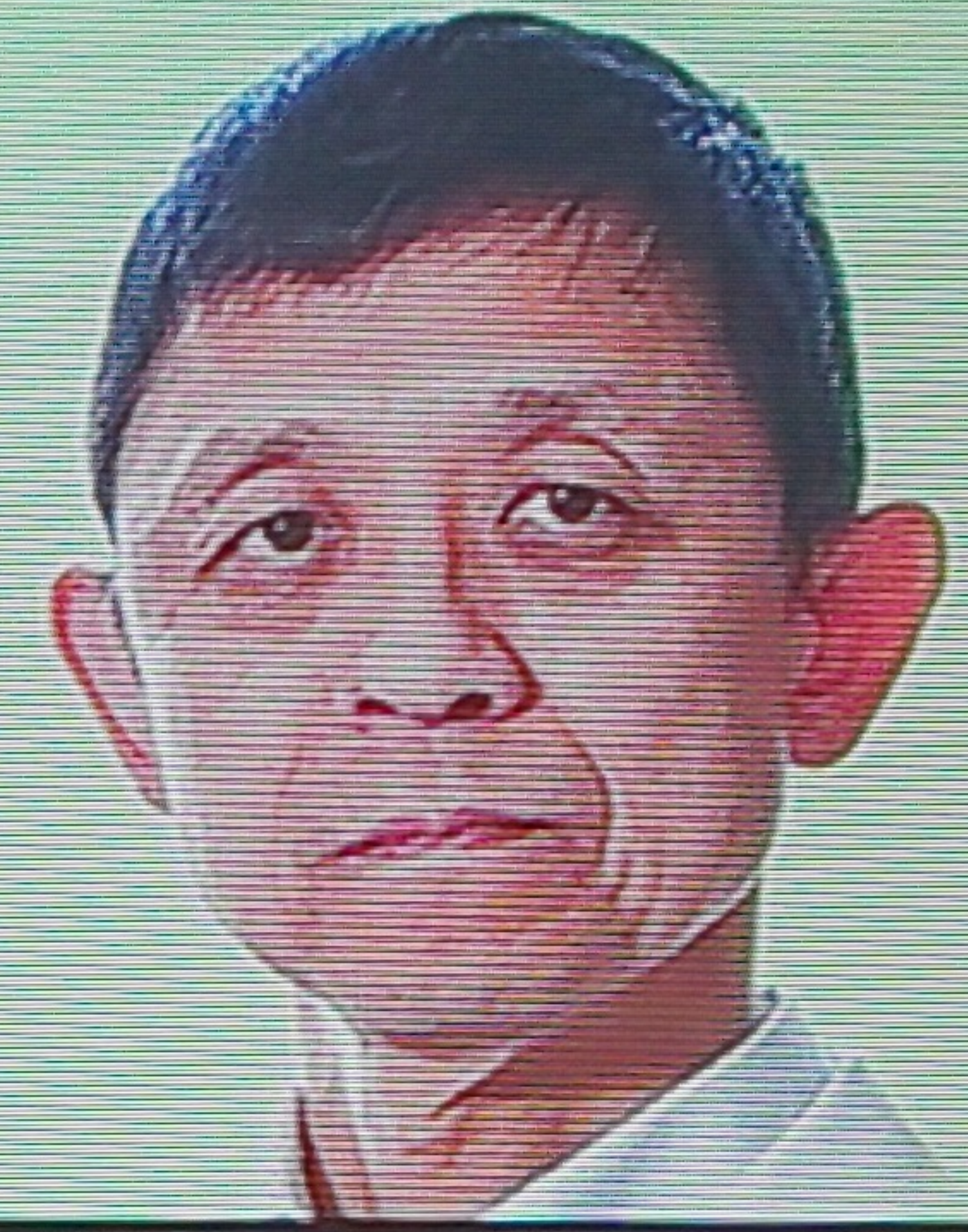
1.首



2.尻



3.ふくらはぎ



自治医科大学
付属病院麻酔科
とも のり
中野 朋儀氏