



五感を意識した生活

からだの 不思議発見

コンテンツ(もくじ)

五感を意識して 毎日の暮らしに彩りを……………	2	五感の調子を整える おすすめプランのご紹介……………	6
今日から取り組みましょう! 五感トラブル防止ガイド……………	4	五感の雑学三択クイズ……………	8