

昭和肝 討究

運動量と心やす

ほこりのあるところ ふりて来ころ

ほこりがあるところ 運動量と心やす 三れば

いり

実行するたは軍イヌにのり奉りことが大印、

軍イヌと王様つ了 来りのをニとわらう奉りか

ばいけ奉り

軍イヌもす少さねると せうかくしてくわて

いさかうつりく 軍イヌにのりてし奉り

それでは自由大物奉り

自由と奉りた

残念ながらつかまりく

つかまり奉り 奉りをふいて行け奉り

いつか奉り奉り奉り

実行するこはもういと

會べたものを令印記録 するこ

九時半の朝食 三時半の昼食がろスタ食

全評かくこと 二かばりといり

欠つかつ それをのぞい といく用ニは

花

次に記録するノトが必

与しい時にノトが見つか

体句をかいて在ノトが

白い子^子をニれに~~...~~し

朝食 昼食と係をひく 遊

ひとつ見つかつた

千一^しズ^しの量 一日^し田^しか^しら^し一^しト

ヨシゲルト ミルクの入^しり^して^し平^しい^しも^し9^しに^しする

ニれ^し ~~...~~ ^しい^し ^しい^し ^し9^し ^しか^し ^しよ^し ^しわ^し ^しら^し ^し平^しい^し ^しが^し ^しと^し ^しは^し ^しか^し ^しく

脂肪肝にさよならし

21
20/8