

自分の体を守る

お通いがゆい

トイレに行つた時 書いても書いても

よじれがわいて来る

次の日もそろだ

今日もそろだ

やたらとジューズをのんだせいで

体にすこぶるなめに厚いお茶をのんびい

残念な味う塩分が厚い

あついで時 そのお茶をのんびも 命いち

満足しない

塩分をふくむジュースとジュース

エーランド

多くとると かわりー 靴が 水筒と悪い

お水うーんじい

かわりーどころで厚い

ジュースだつてオー 靴はよく厚い

食べ物基本が不印だ

やさしいいづいとは 植物性蛋白質 葉せん

がゆ 身とろーがゆー にはしていい

おいしいそのおあると言ってます

よそ見をしてはいやない

ついく新らしい物に目が行く

常温の食品が並んでおいとある

その中からいつもほお取り目が行かない

ものた手を止してそろ

オーパースにうるやいおそうほいお

ない現実だ

自分でやりな食べ物

きちんと守るやいおまじり意図がない

今日かう又基本にしよう

自分の体は自分で守る

2022
7/20