

2025.7月の健康情報

お役にたてるでしょうか。AIを活用しています。

笑いを健康習慣のひとつに取り入れましょう

笑いは「心」と「体」の健康をサポートする素晴らしい自然療法

笑うことで

ストレス↓

免疫力↑

心の健康↑

血流改善↑

人間関係↑

痛み↓

