

スマイル アサヒ

September.
2015
第72号

9月号

特集

言葉で遊ぼう

■ 笑顔のごはん 簡単でおいしい季節の献立
サバの竜田揚げネギおろしだれ定食

■ につぼん匠紀行 富山県
ものづくりのまち高岡市

■ キレイを磨くながら美容
紫外線を浴びてしまった後の肌ケア

■ Dr.白澤の今すぐ始められる! 健康長寿の生活習慣
性格と長寿の関係

