

ひ

ひきつけは
あわてず様子見
時間をチエツク

は

はみが
歯磨きで
80歳まで
20本

の

のど詰まる
食べ物刻んで
ゆつくりと

ほ

ほんとう
本当に
必要ですか？
その救急

へ

ベランダに
置かない子どもが
のぼるもの

ふ

ふるまひ
古雑誌
骨折固定に
使えます

む

むり
無理のない
飲酒で楽しく
おつきあい

み

みんな知る
この町にある
AED

ま

ま
混ぜないで
種類の違う
洗剤を

や

やけどした
服の上から
流水で

も

もちた
餅食べる
小さく切って
ゆつくりと

め

メタボ予防
健康長寿の
第一歩