

산하의 새 생명을 맞을 준비와 함께 건강계획을 세워봅시다

그림: 김혜진 / 글: 곽성준

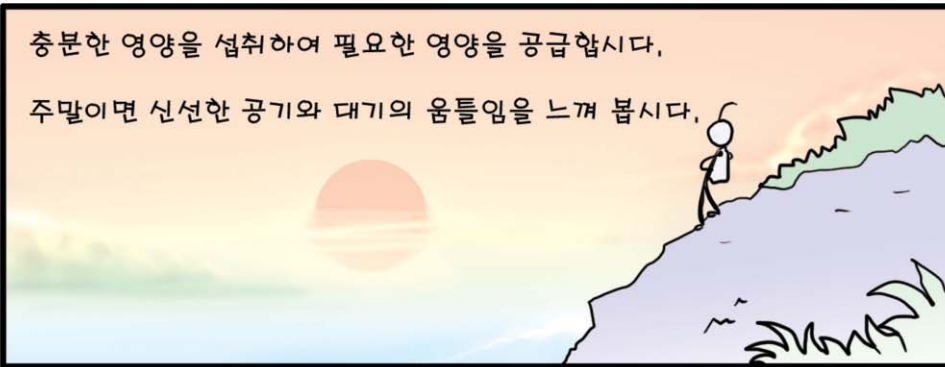
봄을 기다리는 계절이 왔습니다,
겨울의 동면에서 깨어나야 할 시간입니다.



우리의 몸도 봄을 맞아 기지개를 켜봅시다,
봄을 준비하며 규칙적인 유산소 운동을 합시다.



충분한 영양을 섭취하여 필요한 영양을 공급합시다,
주말이면 신선한 공기와 대기의 움틀임을 느껴 봅시다.



산하의 새 생명을 맞을 준비와 함께 건강계획을 세워봅시다.



*이 만화는 한국재활복지대학 애니메이션과 학생들(곽봉철 교수 지도)의 작품입니다.