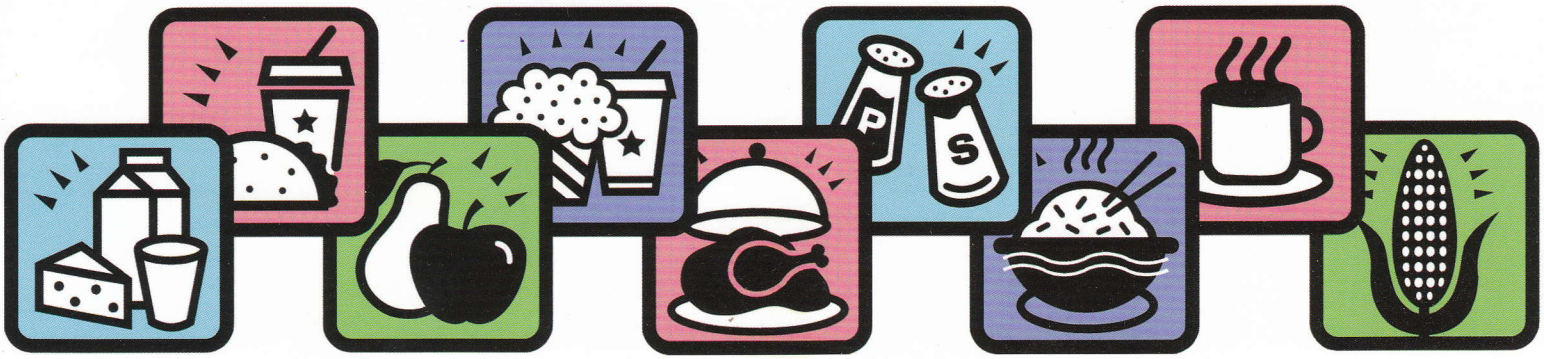
健康錦囊

內附:

- ✪ 時時開心(精神健康齊關注)
- ✪ 日日運動(健康十式)
- ✪ 餐餐均衡(健康飲食指引)

每人有三寶 健康一定好！