

1	2	3	4	5	6	7	a	b	c	d	e
コロコロ便	硬い便	やや硬い便	普通便	やや柔らかい便	泥状便	水様便	付着程度	ぶどう 1個	みかん 1個	バナナ 1本	マンゴー

1月

いそだ病院

腸活で  
快便スツキリ若返り

はじまり

月 火 水 木 金 土 日

1 2 3  
4 5 6 7 8 9 10  
11 12 13 14 15 16 17  
18 19 20 21 22 23 24  
25 26 27 28 29 30 31

いそだ

排便ケアチーム「フローラ」