

問136

毎日の食事で塩分を控えめにし、【 高血圧の【 予訪】を心がける。

(ア) 予訪

(イ) 予生

(ウ) 予防

問137

食後に温かい緑茶を一杯いただき、口の中を【 清結】に保つ。

(ア) 清生

(イ) 清潔

(ウ) 清結

問138

ラジオ体操で身体を大きく伸ばし、関節の【 柔難性】を高める。

(ア) 柔難性

(イ) 柔生性

(ウ) 柔軟性

問139

就寝前に軽いストレッチを行い、手足の【 血行を促進】する。

(ア) 血行促進

(イ) 血行足進

(ウ) 血行生進

問140

年齢を重ねても知的好奇心を失わず、常に【 前向きな【 市勢】を保つ。

(ア) 市勢

(イ) 生勢

(ウ) 姿勢