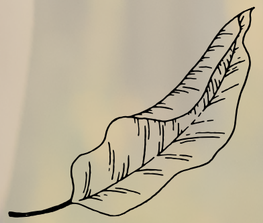10月といえば
食欲の秋・スポーツの秋・骨粗鬆症予防の秋!