

第7課 健康の原則

56 ページ

Exercise-----運動

誤：③局 部 が 極 端 運動は避ける。

正：③局部が極端に疲れる仕事、運動は避ける。

57 ページ

Temperance-----節制

誤：⑦怒 り を コ ン ト 爆発させるとくせになる。

正：⑦怒りをコントロールする。爆発させると癖になる。

Air-----新鮮な空気と呼吸

誤：①深 呼 吸 を 1 日 3 鼻から吸って口から出す。

正：①深呼吸を1日3回する。鼻から吸って口から出す。

Trust-----神への信頼

誤：①す べ て を 神 言い換えれば自分を超越した存在の確認。

正：①すべてを神にゆだねる。言い換えれば自分を超越した存在の確認。