

ชื่อ-นามสกุล.....



=



● **คอร์ทฟุตบอล**



● **ฟุตซอล**

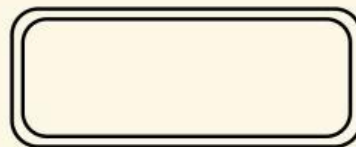
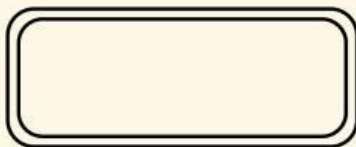
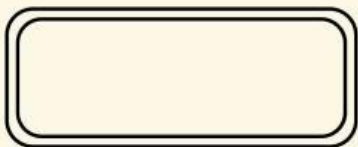


● **วอลเลย์บอล**

คอร์ฟบอล

ฟุตซอล

วอลเลย์บอล



การเคี้ยวอาหารให้ละเอียดก่อนกลืนมีผลดี
ดังต่อไปนี้ยกเว้นข้อใด

- ก. ทำให้กระเพาะอาหารไม่ต้องทำงานหนัก
- ข. ขับถ่ายอุจจาระได้ง่าย
- ค. กินอาหารได้มากขึ้น
- ง. ทำให้อาหารไหลลงสู่กระเพาะได้สะดวก