

# 健康運動啓示錄

黃老闆已經開始進行飲食的改善了，再來就要配合運動啦！到底健康偵探夏福摩與樺笙醫師要帶著忙碌的黃老闆，進行些什麼運動來改善高血壓，讓他更健康呢？



