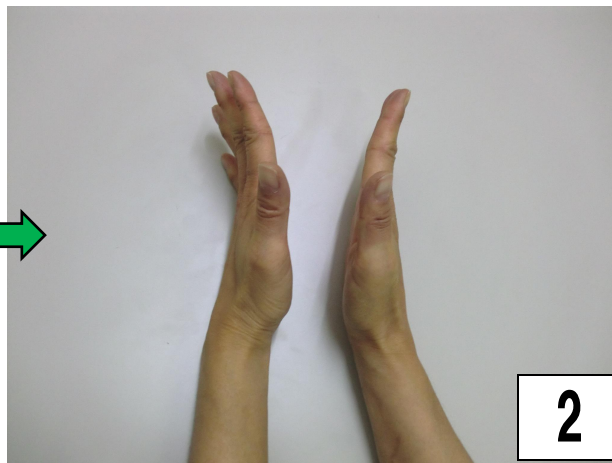


手指を組む

まずは自然に手を組み、次に反対の親指が上にくるように組みかえましょう



離す時は、指をしっかりと伸ばしましょう

