

12月のけやき県民講座

参加
無料

腸元気で超元気に

年齢を重ねると、おなかの不調を訴える方が増えてきます。便秘や下痢になる方もおられます。おなかの体操も含め、腸を元気にするための食生活などについてお話していただきます。

千葉県ヤクルト販売(株)

講師 椿 豊子さん

日時 12月22日(水)
13時30分～15時30分

場所 7階 研修室

千葉県福祉ふれあいプラザ

月曜日休館・祝日の場合は翌平日休館 9時から18時

電話:04-7165-2886
FAX:04-7165-2882



お申し込みが必要です。(受付は先着順40名まで)
コロナ感染防止のため、参加時はマスク着用をお願いします。