

# 2月のけやき県民講座

ちょう

参加費 無料

# 『腸元気』 になる秘訣

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) 管理栄養士

講師：鈴木有美子さん

日時：2月7日（水）

13時30分～15時30分

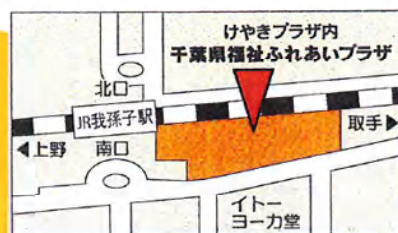
場所：7階 研修室



千葉県福祉ふれあいプラザ



電話：04-7165-2886  
FAX：04-7165-2882



お申し込みが必要です。（受付は12月5日から、先着順60名まで）  
直接ご来場の場合は体験コーナーで受け付けます。