

1月のけやき県民講座

参加
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) 食生活アドバイザー

講師：椿豊子 さん

日時：1月31日(水)
13時30分～15時30分

場所：7階 研修室

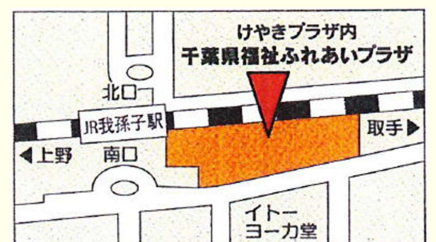


千葉県福祉ふれあいプラザ

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。