

# 12月のけやき県民講座

～元気に過ごすために～

参加  
無料

## 免疫力を高めるコツ

最近体調をくずしやすいと感じたことはありませんか。免疫力の低下が原因かもしれません。日々の生活で実践できる簡単な免疫力の高め方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** 12月17日(水)  
13時30分～15時30分



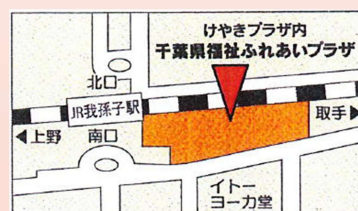
**場所** けやきプラザ  
7階 研修室

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。**