

令和7年9月吉日

今泉地区の皆様

今泉地区コミュニティ協議会

管理運営委員長 大森 幹夫



泉の杜サロン 第2回

病気に負けない体を作る！

『おなかの中の健康と乳酸菌』

鈴虫の大合唱に秋の訪れを知るこの頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。

さて、泉の杜サロン第2回は病気に負けない体を作る『おなかの中の健康と乳酸菌』の講座を下記の通り、開催します。

私たちの消化器管、お腹の中に住んでいる菌、排便から学ぶ生活リズムについて、宇都宮ヤクルト販売株式会社から講師をお迎えして、お話を伺います。

乳酸菌のパワーのお話と、簡単な腸トレ体操で健康維持・増進に役立ててみませんか。

皆様のご参加をお待ちしております。

記

- 日 時 : 令和7年10月9日(木) 午前10時～11時30分
場 所 : 今泉地域コミュニティセンター 会議室 A・B
内 容 : 病気に負けない体を作る『おなかの中の健康と乳酸菌』
講 師 : 宇都宮ヤクルト販売株式会社
費 用 : 無料
持ち物 : 飲み物
定 員 : 30人
申込み : 今泉地域コミュニティセンターにご来館いただくか、お電話でお申込みください。

※ 動きやすい服装でお越しください。

※ 申込み人数が定員を超えた場合は先着順になります。



締切り : 10月4日(土)

問い合わせ 今泉地域コミュニティセンター TEL・FAX639-6066 担当 ^{おぐま} 小熊ヒサ子

火曜日～土曜日 9:00～17:00