

香川県くらしのセミナー主催

ウン知育教室

～健康のために、正しい知識を身につけましょう～

〈弦打高齢者教室〉

ウンチの状態から、食べ物の栄養素を吸収する腸の大切さ、腸にすみ着く乳酸菌の働きを解説し、いいウンチを出すための生活習慣について、管理栄養士がわかりやすく解説してくれます。

日時 11月5日(火) 14:00～15:00

場所 弦打コミュニティセンター 2階大会議室

講師 長尾 志津代さん(香川ヤクルト販売(株)管理栄養士)

対象 どなたでも参加できます。(参加費無料)

受講を希望される方は、10/30(水)まで(土日祝を除く9:00～17:00)に弦打コミュニティセンターへ直接又は電話(882-0285又は080-9836-2721)で申込んでください。



※内容等は変更になる場合があります。