4

# 健康セミナー

Health Seminar

Yakult
東京ヤクルト販売株式会社

## 腸から始める健康づくり

消化管のしくみや腸内フローラの働き、おなかの健康と日々の生活習慣との関わりについて学ぶセミナーです。
健康維持のために大切な「腸」の役割を知り、今日からできる健康づくりのヒントを見つけてみませんか。

| | |
|---|---|
| 日　時 | **12月1日（火）** 10:30～11:20 |
| 会　場 | ココネリ3階 研修室1 |
| 募集人数 | 70名（最少催行人数30名） |
| 参加料金 | **無料** |




**対象**
20歳以上

**所要時間**
約50分

**内容**
・消化管の仕組みについて
・腸内フローラとは
・おなかの健康の秘訣について

**特典**
ヤクルト2本

**講師**
東京ヤクルト販売 **ヤクルト社員**（おなかマスター）
※おなかマスターとは、地域の皆様に健康教室等を行うための社内資格を有しているヤクルト社員のことです。

※健康づくりに関心のある方はどなたでもご参加いただけます。