

## <広報ニュース>

### あったかほ一む「ファミリーレジデンス」でヤクルトの健康教室を実施

平成28年10月29日(土)いわき市内郷「あったかファミリーレジデンス」において、ヤクルトの健康教室「おなか元気教室」を開催しました。当日は、入居者約30名の内、70歳後半～98歳の元気な高齢の方々13名にご参加いただき、広報 岡崎次長が講師を務め「腸のしくみ」「腸内細菌と驚くべき腸の力」「高齢者の便秘について」「健腸体操」などの内容で、腸内環境の大切さをお伝えしました。健康に関心の高い入居者の方々の参加でしたが、初めて知る腸の長さや腸の力と大切さに改めて驚かされていました。毎週木曜日に、YLが販売でお世話になっていることもあり、乳酸菌シロタ株の特長と効果もお話させていただきました。♪365歩のマーチ♪に合わせた、健腸体操は、好評で真剣ながらも笑顔で全員参加していただきました。体操後のY400LTの試飲では、トクホ表示を知ってる方が、このマークが信頼のマークよ…とPRしてくださったり、楽しく午後のひとときを健康教室で過ごすことができました。最後は、健腸長寿で「天寿120歳を目指して、元気で長生き」を合言葉に終了しました。これからも、腸の大切さを提唱し、地域に密着したヤクルトの広報(CSR)活動の一環として取り組んでいきたいと思っております。

#### 授業風景



#### 腸の長さ体験



#### 健腸体操

