

## <広報ニュース>

### いわき市金山集会所でヤクルトの出前講座「おなかの健康教室」を実施致しました。

令和元年10月8日(火)植田公民館様からのご依頼により、昨年に引き続き金山集会所で「金山長寿会」の皆様を対象にヤクルトの出前講座「おなかの健康教室」を実施しました。当日は、金山長寿会の会員の方々24名を対象に健康講座として、腸内フローラと乳酸菌について 1.体のバリア機能と腸内細菌 2.腸内環境を改善する乳酸菌 3.新健腸体操などで、加齢や生活習慣で乱れがちな腸内フローラを改善する乳酸菌の役割など私たちの健康と生命を左右する腸内細菌への関心などを更に深めていただきました。これからも健康貢献企業として健康教室を通し、地域に「腸の健康とシロタイズム」を提唱し、地域の健康作りに貢献します。

### 講座風景

