

## <広報ニュース>

### いわき市立錦公民館様において、ヤクルトの出前講座「おなかの健康教室」を実施

令和2年7月14日(火) 錦公民館様からのご依頼により、錦地区市民講座としてヤクルトの出前講座「おなかの健康教室」を実施しました。新型コロナウイルス対策として、飛沫感染防止用にビニールカーテンを設置していただき、マスクの着用・手指用消毒スプレーなどを準備し、ソーシャルディスタンスに注意して講座を行いました。"腸から免疫力を高める" 腸内環境を整えて免疫力を高めることで、新型コロナウイルスも重症化しにくいとの報告もあります。当日は、参加者10名を対象に、コロナに負けるな「腸は、超すごい」というテーマで、1.おなか(腸)のしくみ 2.生命を支える腸内細菌について3.乳酸菌の力(乳酸菌シロタ株の有用性)などについてお話ししました。これからも健康貢献企業として、地域の皆様に関わりやすく健康情報とシロタイズムをお届けします。

#### 講座風景

