

<広報ニュース>

北茨城市 富士ヶ丘農村集落センター様 で出前講座「おなかの健康教室」を実施

令和3年3月22日(月) 北茨城市富士ヶ丘農村集落センターで ヤクルトの出前講座『おなかの健康教室』を実施しました。昨年に引き続き2回目のご依頼で、当日は、北茨城社会福祉協議会の職員の方と富士ヶ丘元気サロンの会員の方々9名にご参加いただきました。内容も復習と新バージョンを含め、「腸内環境を整えて快腸に！コロナに負けるな！」というテーマで、笑いあり動きありで、楽しい講座となりました。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」を提唱します。

講座風景



元気に健腸体操 ”快便カトレーニング”



