

<広報ニュース>

北茨城市華川町上小津田元気サロン様で「おなかの健康教室」を実施

令和3年7月8日(木)北茨城市社会福祉協議会様からのご依頼により、北茨城市華川町上小津田元気サロン様で、3回目のご依頼となる『おなかの健康教室』を実施しました。当日は、元気サロンのメンバー8名の方々にご参加いただき、「腸内環境を整えて快腸に！免疫力を鍛えてコロナに負けるな！」というテーマで、腸内環境を整え免疫力を鍛える乳酸菌シロタ株の凄さと腸内環境の大切さをお話しさせていただきました。快便カトレーニング体操にも元気にご参加いただきました。

講座風景



10個の質問で判定！
あなたの腸年齢は？
自分の腸年齢、気になりませんか？
10個の質問に「はい」「いいえ」で教えてください。
6個以上あてはまるようなら、要注意！

**チェックを
はじめる**

監修：辨野義巳氏
独立行政法人理化学研究所 辨野特別研究室 特別招聘研究員 農学博士

”元気に快便カトレーニング”

