



出前公民館in右京

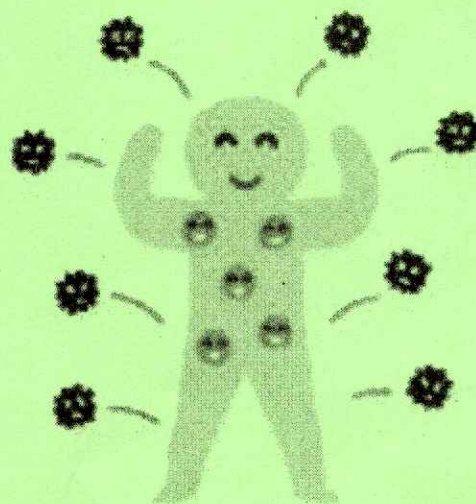
入場自由・入場無料

健康教室編

～怖いぞ!腸内腐敗 あなたの便秘改善～

消化器官の老化に伴って、60代から
急激に腸内には悪玉菌が増え、善玉菌
が減ってくるようです。

そうすると腸内腐敗が進んでしまい
体にも悪影響があるかも?!
年齢に関係なく、腸内を綺麗にからだ
を健康に保つ秘訣を学びましょう!



日程：令和6年12月5日(木)

時間：午前10時～11時30分

場所：右京地域ふれあい会館 新館
(右京三丁目18)

対象：奈良市在住・在勤の成人

講師：奈良ヤクルト販売(株)



※入場自由ですが、人数が多い場合入場および入室をお断りすることがあります。
※当日、8時30分の時点で奈良市に気象警報が発令された場合は中止となる場合があります。