



消化管の働き
腸内フローラ
免疫について

お土産付き



健康と 腸の関係

健康を維持するには腸を丈夫にすることが重要です。「健腸長寿」の考え方を基本に健康と腸の関係、乳酸菌の働きとスムーズな排便、免疫についてお伝えします。

◆講師◆ 札幌ヤクルト販売(株)セミナー講師

◆日時◆ 令和8年2月12日(木) 14:00~14:45 (開場13:30)

◆会場◆ 西区民センター 1階 第1・2会議室

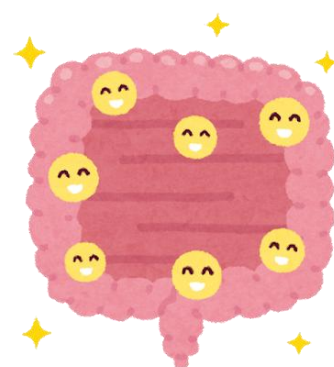
◆受講料◆ 無料

◆持ち物◆ 筆記用具

◆定員◆ 20名(中高生を除く15歳以上の方)

●お申し込み方法● 令和8年1月13日(火) 10時から電話でのみ受付

受付時間: 10時~16時30分 土・日可



お申し込み
お問い合わせ



札幌市西区民センター運営委員会

札幌市西区琴似2条7丁目 ☎011-641-4791