



コミュニティーのこのこ



ヤクルト「ふれあい健康講座」開催



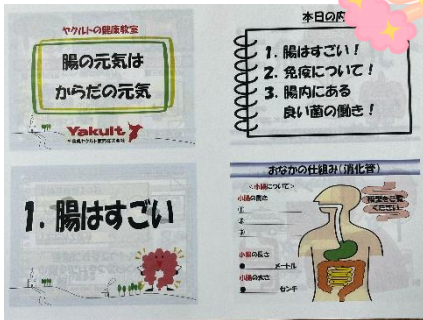
6月19日、ヤクルトさんを講師にお迎えし、「腸の元気はからだの元気」をテーマにした“ふれあい健康講座”を開催しました。腸が持つ驚くほど大きな役割や、免疫との深い関わりについて、わかりやすくお話しいただきました。腸は重要な臓器であること、小腸はからだ全体の免疫機能の約60%くらいを担っていること、良い菌がからだの調子を整える働きをしていることなど、役立つ内容が盛りだくさんでした。



椿さんと疋田さん



勉強熱心な皆さん



小腸は伸ばすとなんと6メートルの長さに



東京音頭を歌いながらからだを動かします



ヤクルトの試飲も



おかげさまで、のこのこは平成30年6月オープンから8年を迎えました。いつも元気に参加して下さる皆さまのおかげで、ここまで続けてこられました。ありがとうございます。これからも、笑顔が集まり、気軽に参加していただけるサロンを続けて行きたいと思っています。どうぞよろしくお願いたします。

スタッフ一同

