

健康の秘訣は健やかな腸から ～腸トレでミルミル元気～



- ★ 体操
- ★ クイズ
- ★ 腸年齢チェック など



楽しく健康づくりについて学びましょう！

日時 **12月4日(火)**

午後1時30分～3時

場所 **東成区老人福祉センター**

講師 **近畿中央ヤクルト販売株式会社
総務統括部 広報部 広報課**

とがわ まさみ
係長 **戸川 真早美 さん**

対象 **市内在住で60歳以上の方**

定員 **40名** 参加費無料【おみやげあり】

申込み **11月2日(金) 午前9時30分から 電話か来館にて先着順受付**

