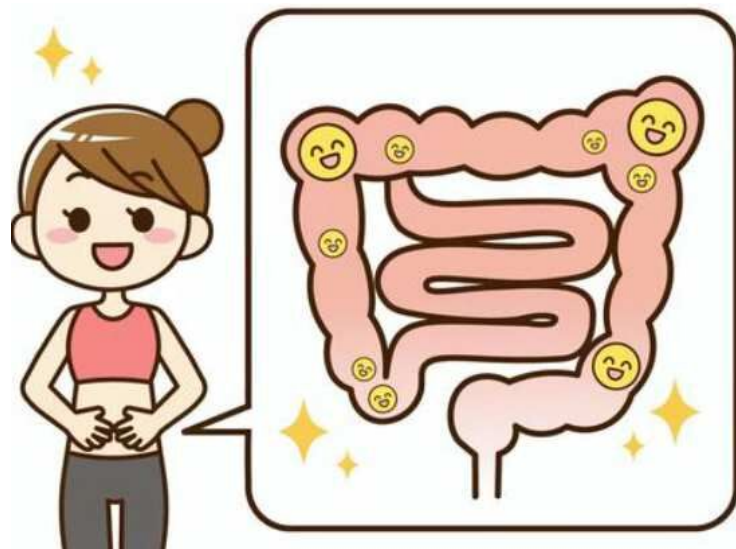


～腸は第二の脳。腸を良くして脳元気！～

腸活で認知症予防

年齢を重ねると腸も老化します。

胃腸が弱ると心（脳）も弱くなります。腸と脳は密接な関係があります。
みなさんで腸について学び認知症を予防しましょう！



椅子に座って5分で
出来る腸活体操を
行います。

【動きやすい服装】
でお越しください。
【水分】をお持ちく
ださい。

【開催日】 7月6日（日）

【時間】 14：00～15：00

【講師】 伏見 朋子氏

参加無料
要予約
定員25名

☆NPO法人健康増進技術協会

美腸セラピー施術者1級・美腸療術師

☆日本腸活体質改善アカデミー協会

腸活体質改善プランナー・認定講師

【予約・会場】

かけこまち七間町

電話：054-204-1541（静岡市葵区七間町5-8）

受付時間：9:00～18:00（水・木曜、祝日休み）