



山陰ヤクルト 健康教室のご案内



私たち山陰ヤクルトでは、「予防医学」「健腸長寿」の考え方のもと、おなかの健康の重要性をお伝えする健康教室を行っています。地域の会合、福祉施設、病院、企業など、さまざまな場所へお伺いしています。一緒に楽しくおなかの健康について考えてみませんか！

大人の方向け メニュー一覧



	タイトル	内容
①	初めての方 は、まずコチラ！ 『ウン知育教室』	うんちは健康のバロメーター。いいうんちを出すための3つのポイントをお伝えします。体操もありますよ♪
②	ウン知育教室を受講後 は… 『乳酸菌でちょー満開』	私たちの健康に深く関わる腸内細菌。おなかの良い菌を増やし、健やかな毎日を過ごすためのお話です。
③	腸と免疫 について学ぶ 『感染症予防』	腸内環境と免疫力の関係についてお話しします。簡単な音楽レクリエーションもありますよ♪
④	便秘予防 について学ぶ 『便秘予防でおなか元気』	現代人に多い便秘。便秘を予防する食事・生活習慣のお話です。毎日スッキリ生活を促す体操もあります！

開催について

- ・開催日：平日（月～金曜日）
※夏季休業・年末年始を除く
- ・時間：1時間程度
- ・費用：無料
※先着順に申込をお受けしています。

期日、時間、内容、
人数など詳細は
ご相談ください。

参加者の皆様に
もれなくヤクルトの飲料を
プレゼント！



お申込み・お問い合わせは…

山陰ヤクルト販売株式会社

担当：広報営業課 福田、松浦

ホームページも
ご覧ください♪



本社：島根県出雲市斐川町荘原3946

☎ 電話：0120-36-8960

☎ FAX：0853-73-8189

ホームページ

<http://www.sanin-yakult.co.jp/>

メールアドレス

egao@sanin-yakult.co.jp



受付時間：

9時～17時（土日・祝日・夏季休業・年末年始を除く）