

高森わいわい広場①

～健康イキイキ!!発酵食品のチカラ～

発酵食品には免疫力の向上や便秘解消、老化予防などうれしい効果がいっぱい!!
腸活について学び、腸内環境を整え健康的な体づくりに役立ててみませんか?

【Part 1】

日時等：7月9日（水）10：00～11：30 第一研修室

内 容：ヨーグルトのひみつ/講話&フリフリヨーグルト体験

講 師：(株)明治食育セミナー

定 員：成人25人【先着】

参加費：無料



【Part 2】

日時等：7月16日（水）10：00～11：30 第二研修室

内 容 **おかげさまで定員に達しましたので、受付は
締め切りました。**

講 師 **Part 1 ヨーグルトのひみつ は引き続き募集中
です。どうぞお気軽にお申込みください!**

持ち物：エプロン、タオル、飲み水、筆記用具、ポリ袋

申込受付:6月11日(水)10:00～

*Part1 ヨーグルトのひみつは電話または窓口で
お申込みください。

【問合せ】 高森市民センターTEL：378-9950

