

行田市地域包括支援センターまきば園
介護者教室

お薬に頼らない自然な排便 コントロールの重要性

歳を重ねるとどうしても便秘がちになってしまう。運動不足のせいかしら？
下剤を服用してはいますが、できれば自然排便が理想です。良い方法は？

**【日時】 ▶▶▶ 平成30年 7月30日（月）
13時30分～15時（受付13時～）**

【会場】 ▶▶▶ 行田市商工センター 201号室

参加費は無料です

男性も女性も歓迎！
一緒に学んでみませんか？



【講座内容（予定）】

- 腸内フローラの重要性
- 自然排便のコツ、排便のしくみ
- 今日から始めよう！快便生活のコツ

講師：太陽化学株式会社
日本臨床栄養協会サプリメント
アドバイザー
久保田 久美子 先生

申し込み締め切り 7月25日（水）

048-550-1777

行田市地域包括支援センターまきば園
（田口・磯・国島・塚原）

お申込み

お問い合わせ

