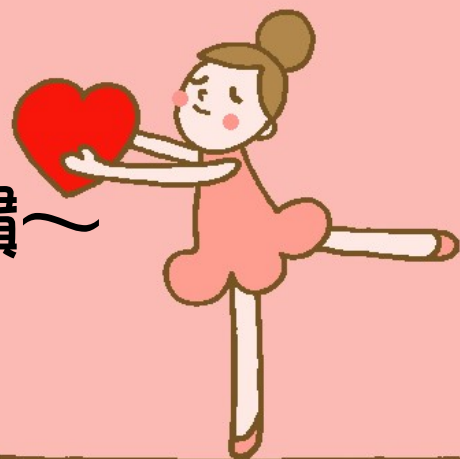


# 子どものための腸活

～元気なからだを  
育てるおなか習慣～



バランスの良い食事・適度な運動・良い睡眠・ストレスケアなど、  
腸の健康を保つ生活習慣で子どもの健やかな成長を支えましょう。

## 9/15(火) 10時～12時

場 所：岸和田市立公民館（堺町1-1）

講 師：広口 みどり氏（腸活管理栄養士）

対 象：乳幼児の子どもの保護者

定 員：15名（先着）

保 育：1才半～就学前児童4名（先着・9/4締切）

持ち物：動きやすい服装、水またはお茶、筆記用具

申 込：右記QRコードより

問合せ：岸和田市立公民館

TEL 072-423-9616 FAX 072-423-3011



お申し込みはこちら