

参加
無料

新越谷病院

第38回

医療公開講座

2025

8/19 火

14:00～15:00

場所：柳田自治会館

(やなぎだ公園 高架下4号公園となり)る

腸
身体
が変わると
が変わる

腸活はじめの一步

～毎日の食事で体を整える～

最近なんだか調子が悪い…それ、腸内環境が原因かもしれません。

毎日の食事や生活習慣をちょっと見直して、腸から元気なカラダを目指しましょう！

- ・腸の働き
- ・排便チェック
- ・腸の中のお花畑（腸内フローラ）
- ・腸内環境を整える食事のポイント
- ・食物繊維の力
- ・お家でできる食事の工夫

講師：新越谷病院 栄養科
平松 葵（管理栄養士）

お問い合わせ

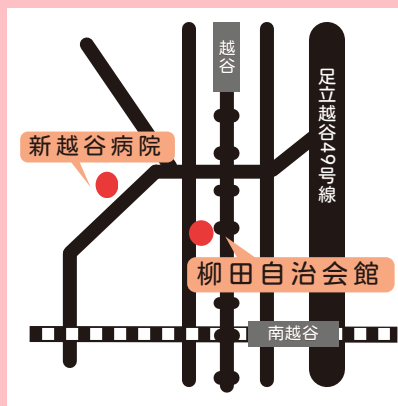


新越谷病院

〒343-0815 越谷市元柳田町6-45

TEL：地域医療連携室

048-964-2307



お気軽に
ご参加ください

予約不要