

腸元気生活のすすめ

意外と知らない!? うんちの話

巷で「**腸活**」が話題です。
腸内環境をより良い状態に保つことで、便秘予防、
病気の予防、免疫の維持、美容などに
期待ができると言われています。

元気な腸を保つにはどうしたらいいのでしょうか？
セミナーでは、便のこと、腸に良い食べものなど
腸の健康について紹介します。

6/12^水

12:25-13:00

ローム記念館劇場空間

セミナー後、
ひとり1本試飲
できます♪

問合せ 京田辺校地保健センター
Tel0774-65-7390



本学学生・教職員対象
事前申込制 6月6日(木)までに
Microsoft Formsにて!

<https://forms.office.com/r/kWursJMKgx>



アレルギー物質 乳 大豆

Yakult

協力 京滋ヤクルト株式会社