

CHO 
腸も元気で

～今日から始める腸活～

腸の働きを整えて、健康な体になろう。そのために今日からできることを学ぶお得な講座です。
繊維質たっぷりのセルリーをもっと気軽に食生活に取り入れましょう。

2017. 11.4 sat

13:30 ～ 16:00

定員
20名

参加費
500円

山形
セルリー
プレゼント

場所：山形市男女共同参画センター
ファースト 5階 視聴覚室
山形市城西町二丁目2番22号
電話 023-645-8077

◆お申込先（問い合わせ先）

メールまたはFAXにてお申込み下さい。
10月31日（火）まで
mail: joseikenko@icloud.com
FAX: 023-673-0703
主 催: ちえりっぼ（女性 = 健康 Yamagata）
<http://mint-house.net/cherippo/>

第一部 13:30 ～

腸の話

第二部 15:10 ～

山形セルリーの話

試食もあります！

どなたでもご参加ください。

参加申込書

11月4日（土）腸も元気で～今日から始める腸活～セミナー

お名前		ご連絡先	
ご住所	〒		

*ご記入いただいた個人情報、厳重に管理し、この講座のみに使用いたします。