

## 第4回 教養講座 案内

日 時 令和5年11月27日(月) 13時30分～15時00分

場 所 リージョンプラザ 文化ホール

演 題 「ウンチ知育教室」  
～ ウンチは健康のバロメーター ～

講 師 広島中央ヤクルト販売(株)  
取締役総務部長 山 本 人 史 先生

内 容

食べものの栄養分を吸収する腸の大切さや、便「ウンチ」の状態から推測する腸のコンディション等、腸の健康や乳酸菌のはたらきについてのお話です。

1. ウンチの基礎知識 (ウンチクイズに挑戦)
2. 解説動画 (辨野先生によるウンチの解説)
3. 腸に良い特製ドリンクとそのレシピ
4. 3つのウンチ力

当日受付は、混み合いますので、事前に参加の手続きを事務局で行ってください。

※駐車場は、円一駐車場を使用してください。

(駐車券をお持ちいただければ、受付で2時間分の無料手続きができます。)