

Yakult

千成ヤクルト販売株式会社

令和8年度 歴史とスポーツふれあいセンター主催

腸を元気にして腸元気！

ヤクルト 健康セミナー



ヤクルト
プレゼント

参加無料
要事前予約



無理なく楽しく
健康づくりを始めませんか？

6月11日（木）

13:00-14:00

テーマ

健康長寿の為の
フレイル予防

6月25日（木）

13:00-14:30

テーマ

骨を強くする
骨々習慣

平均寿命と
健康寿命について
フレイルって何??
音楽に合わせて
楽しく体操

骨密度 測定会開催
骨の土台は食事から！
骨を強くする
習慣づくり

どちらかのみ参加OK

会場 | 歴史とスポーツふれあいセンター4階 多目的室1

対象 | どなたでも（市外の方歓迎） 費用 | 無料

定員 | 各20人（要事前予約） 持ち物 | 筆記用具

予約
問合せ

大東市立歴史とスポーツふれあいセンター

☎072-876-7011 大東市野崎3-6-1 来ぶらり四条内