

宝寿会・健康講座 R5.8.5



宝寿会長挨拶



講師:ヤクルト 楽原管理栄養士



まずは「腸内から健康づくり」



ヤクルト 1000 で乾杯



腸の働きについて



姿勢づくり



アンケート:生活習慣に関する質問

