

見和図書館 健康講座

「健康でいよう！
～腸と免疫～」

参加無料

定員
20名

からだの中は目に見えないからこそ、
心配になる方も多と思います。
本講座では、腸のしくみとそのはたらき、
からだの免疫について学びます。
すぐに実践できる簡単な体操も行います。

講師：水戸ヤクルト販売株式会社 波多野 昭乃 氏

日時：2026年 6月 8日(月)
11時～12時



会場：水戸市立見和図書館 視聴覚室
対象：高校生以上

申込：5月20日(水) 9:30～

見和図書館カウンターまたは電話

※お預かりした個人情報はこの行事にのみ使用します。

☆お問い合わせ先☆

水戸市立見和図書館 ☎ 029-350-2051

