

(一社)北海道中小企業家同友会とかち支部

清水地区会 9月例会のご案内

2024年9月4日
北海道中小企業家同友会とかち支部
清水地区会 会長 梶山 貴史
帯広市東2条南5丁目1

【テーマ】 **腸内環境を整えて、心の健康を保ちましょう**

【講師】 **忠類診療所 所長 潮田 英明 氏**

■日時: **9月19日(木) 19:00-21:00**

■場所: 清水町文化センター 会議室1 (清水町南3条3丁目1番地)

■参加費: 無料

健康管理は本人と企業にとっても非常に重要な問題です。今回は生活習慣の改善、腸活にスポットをあて学びます。講師に幕別町・忠類診療所の潮田氏を招き、ポイントを説明していただきます。皆様のご参加をお待ちしております。

セミナーの
ポイント

- ① 幸せホルモン「セロトニン」について理解しましょう
- ② セロトニンの合成には、腸内細菌が重要な働きをしています
- ③ 食生活の改善で腸内環境は2週間で生まれ変わります

※お問い合わせは、同友会事務局（小林、末武）まで（電話 0155-22-3611）
準備の関係上、9月17日（火）までにご回答をお願いいたします。

清水地区会 9月例会(9/19) 出欠申込書

出席します ・ 欠席します

会社名 _____

役職 _____

氏名 _____

返信先 FAX : 0155-22-3612

E-mail: tokachi@hokkaido.doyu.jp