令和2年1月23日

いっぷく堂カフェレター　No.8

今回からいっぷく堂は増田公民館に会場が変更となりました。お間違えの無いようお願いします。
そして今回はヤクルトさんをお招きして、健康は腸から始まるお話をしていただきました。腸のこと、便が体調の目印になること、腸に良いことなど、知っているようで知らないお話が多く、みなさん聞き入っていました。最後にはヤクルトレディさんもいらっしゃって、大いに盛り上がりました。
みなさんも今日から健腸生活始めてみませんか？