

いきいきライフセミナー

主催：社会福祉法人京都市社会福祉協議会 社会福祉研修・介護実習普及センター

腸のパワーを知る！腸内環境を整える理由

健康や長寿の秘訣には、腸と大きな関係があるようです。そのため、多くの方が関心をお持ちのテーマではないでしょうか。

では、なぜ、腸内環境を整えることが大切なのでしょう。

ここでは、下記の内容でその謎を解きます。

- ・腸のしくみと役割
- ・腸と脳の相互関係
- ・ストレスが腸に影響を与える
- ・腸内環境を整える重要性
- ・腸内環境を整えるために良いこと、良い食べもの
- ・腸の病気

とき：**平成30年11月5日(月) 14:00~16:00**

講師：京都府立医科大学附属病院内視鏡・超音波診療部

部長 ないとう 内藤 ゆうじ 裕二 氏

場所：ひとまち交流館 京都 2階 大会議室

〒600-8127 京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83-1(河原町通五条下る東側)

定員：100名(先着順)

費用：無料

対象：京都市内在住・在勤のテーマに関心がある方はどなたでも受講いただけます。

申込：裏面の申込用紙に必要事項をご記入のうえ、ファックス(075-354-8808)

を送付してください。お電話(075-354-8772)でもかまいません。

または「京・福祉の研修情報ネット」ホームページ([みやこけんしゅう](#) 検索)より、いずれも**開催日前日まで**にお申込みください。

決定通知はいたしません。

定員を超え参加いただけない場合は、ご連絡をさしあげます。

【暴風警報・特別警報発令時の対応について】

本セミナー開催当日の午前7時現在で、京都市に暴風警報、特別警報が発令された場合は、セミナーを中止いたします。

お申込みの皆様には、気象情報をご確認いただきますよう、お願いいたします。

ご不明な点がある場合は、当日9時以降にお問合せください。

いきいきライフセミナー 申込用紙 (11月)

ふりがな 氏名				
性別 (女性・男性)	年代 () 歳代			
連絡先	電話	自宅	携帯	職場
	(いずれかに○をつけてください)			
	ファックス			
お住まいの行政区	京都市 () 区			
<u>専門職の方のみ</u> 事業所名 その行政区	事業所名			
	行政区			
受講の際に、配慮が必要な方はその旨をご記入ください。				
お聞きになりたいこと、気になっていること、不安に思っていること。ご自由にお書きください。				

アクセス

【バス】

市バス 4, 17, 205 号系統「河原町正面」下車

【電車】

京阪電車「清水五条」下車 徒歩 8 分

地下鉄烏丸線「五条」下車 徒歩 10 分

【車】

立体駐車場 最初の 1 時間 410 円、以後 30 分ごとに 200 円

お問い合わせ・お申込み先

社会福祉法人 京都市社会福祉協議会 社会福祉研修・介護実習普及センター

〒600-8127

京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83 番地の 1
(河原町五条下る東側) ひと・まち交流館 京都

電話 075-354-8772

FAX 075-354-8808

E-mail kaigo@kcsw.jp

研修情報 HP ホームページ

<http://www.miyako-kenshu-net.jp/>

京・福祉の研修情報ネット

みやこけんしゅうより

