

# 宝塚男女共同参画センター連絡協議会

## 特別記念講演

### 腸は第2の脳♥

### 腸脳力をあげて元気に過ごそう!!

講師 煙山昭子さん

とき 12月1日(土) 14:00~16:00

ところ 宝塚市立男女共同参画センター 学習室 3・4

一時保育有り(要予約 1歳~就学前 先着順)

#### 煙山昭子さんプロフィール



マクロビオティックを5年間学び、サークル活動や料理教室を主宰。

2017年、IN YOU オーガニックセラピストの資格を取得。同ライターとして活動中です。

私たちの健康が、メディアによって右往左往させられている昨今、健康に生きていくために、どうすることが大切なのかを今一度見直してみませんか？

腸の調子がアレルギーや自律神経、感情さえも決めているとも…？

大切な腸の働きや仕組みを正しく理解しながら、日ごろの食生活を振り返ってみましょう。

内容についてのお問い合わせとご連絡は  
宝塚男女共同参画センター連絡協議会  
高橋章子 (0797-71-3744)

#### <主催/申込み・問い合わせ先>

宝塚市立男女共同参画センター・エル  
センターフェスティバル実行委員会

宝塚市指定管理者

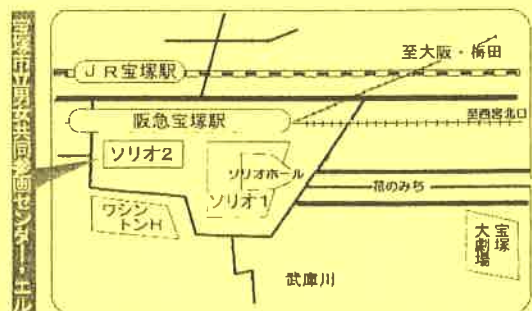
(NPO法人 女性と子どものエンパワメント関西)

宝塚市栄町2-1-2「ソリオ2」4階

電話：0797-86-4006 FAX：0797-83-2424

<http://www.takarazuka-ell.jp/>

(駐車場はありませんので、公共交通機関でお越しください)



※申込みにあたってお預かりする個人情報は当イベント以外の目的で使用することはありません。