

おなかを大切に健康大作戦

令和7年3月14日(金曜日) 稲枝地区公民館2階大集会室

京滋ヤクルト販売株式会社



大腸は1.5mあります。



人の腸は、こんなに長い(6m)のです。



体力測定の
結果は?



おなか元気体操



腸のまわりの筋肉を鍛えましょう!



新規入庫本のご紹介 稲枝地区公民館「図書室」よりご案内



藤井 英子

孤独に
生きてみる



林 真理子

べらぼう 蔦重栄華乃夢 断
完全読本 NHK 2025



原田 ひ香

その復讐
お預かりします



森永 卓郎

身辺整理



新川 帆立

ひまわり



土屋 うさぎ

謎の香りは
パン屋から



皇后は闘うことになった



月野 まる

介護はじまりました



レーナ・スゴークホルム

あいては人かワニ



杉山 桃子

佐藤愛子の孫は
今日も振り回される

日時 毎週火曜日 PM 1:30~3:00
会場 稲枝地区公民館 2階大集会室
内容 金亀体操をベースにレインボー体操ほか
各種体操を組み合わせ実施しております。
開催日 5/13・20・27日
6/3・10・17・24日
その他 : 参加費は無料です。お気軽にお越しください。

楽しいですよ



場所:みずほ文化センター前駐車場
〔巡回日程〕
5月23日(金)14:20~14:50
6月19日(木)14:20~14:50