



NPO法人

日本健康文化協会

100歳まで健康で美しく。

Get100宣言

100歳まで健康で美しく  
過ごすための講演と体験

第2回健康セミナー

会場30名  
事前予約制

オンライン視聴  
同時開催

# 腸内環境を整える「腸活セミナー」

健康のカギを握ると言われる「腸内環境」。  
腸内には、およそ1000種類 100兆個もの腸内細菌が  
生息しています。重さにして1~2kg！  
ヒトに対して様々なハタラキをしてくれます。  
腸内環境を整えると、腸内細菌が元気になります！



令和4年

# 4月28日(木)

受付13:10 開会13:30 閉会15:30

会場

高崎市総合福祉センター  
3階 会議室4

〒370-0065 群馬県高崎市末広町115-1

参加費

会員500円、一般1000円  
※オンライン視聴も同様

お申込・入金

①電話

日本健康文化協会 事務所  
(平日10:00~15:00)

☎ 027-212-7311

代金は、当日現金をお持ちください。

《主催》NPO法人日本健康文化協会  
《協賛》群馬ヤクルト

講師



ウェルネスシェア株式会社  
代表取締役  
長谷川 豊

腸活アドバイザー、ウォーキン  
グアドバイザー、ノルディック  
ウォーキングインストラクター

東京都出身。  
健康長寿の延伸をサポートし、活力のある社会  
づくりを目指しています！  
日本は世界に先駆けて超高齢化社会に突入  
しています。  
高齢者の方々が健康で元気にいることが、活  
力のある社会につながって行きます！

②WEB予約

★予約から入金まで済ませられます！

※オンライン視聴の方はWEB予約のみです。

入金方法：クレジット、コンビニ支払い、ATM

※コンビニ支払いの場合、手数料220円が別途発生します。

会場の方



オンライン視聴の方



協会ホームページからもWEB予約にお進みいただけます。  
<https://jhca100.net/>