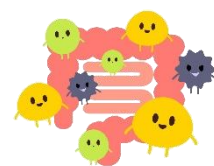


子どもの腸活—免疫と心を 育てる腸内細菌のはなし

腸は、食べたものを消化するだけの場所ではありません。
免疫の多くは腸で育ち、その免疫のカギをにぎるのが腸内細菌です。
近年は、腸と心(脳)との深い関わりもわかってきました。



第1部では小児科医の高島麗子先生が、『なぜ子どもに腸活が必要か』をお話しします。

第2部では管理栄養士の森真理先生が、『今日からできる食事の工夫』をお伝えします。

日 程：令和8年8月25日（火）

時 間：10:30～11:30

場 所：中川地域ケアプラザ 多目的ホール

対 象：0歳児から学童期のお子さまをお持ちの保護者

参加費：無料

講 師：星の子どもクリニック 院長 高島 麗子 氏

管理栄養士 森 真理 氏

申込方法：10時より電話または来館、申込フォーム（QRコード）にて受付



申込フォーム

お問合せ・お申込み

横浜市中川地域ケアプラザ 地域活動交流

045-500-9321



中川地域ケアプラザ
ホームページ