

うんちとおしっこのことで困っていませんか？

元ちゃんハウスのうんちツチ相談

2020年 2月19日(水)

13:30~15:00

コンチネンスアドバイザー・保健学博士
“うんこ文化センターおまかせうんちツチ”



榊原 千秋さんが来訪

いっしょに解決していきましょう！

スケジュール

13:30~(15分間) 「ぽかぽか腸活教室」

副交感神経優位な体づくりに役立つストレッチ、
腸が元気になる食べ物、自分でできるマッサージで、
おなかを整えます。

13:45~個別相談を受付けます。

次回予定

3月25日(水) 13:30~15:00

4月22日(水) //

お問い合わせ・申し込み

お申込み：《Fax》の場合は、下記へ送信願います。
氏名、お電話番号またはe-mail をお書きください。
《e-mail》件名「2月19日相談」とし、本文に上記ご記入のうえ、
info@gmk.or.jpへ送信願います。

Te l / Fax (076) 232-5566

(Tel 平日11時~15時)

アクセス：金沢駅東口から「東部車庫行」小立野経由
北陸鉄道バス停「石引町」下車 徒歩1分

HP: <https://gmk.or.jp/>

Facebook: <https://www.facebook.com/gmk20/>



元ちゃんハウス

認定NPO法人 がんとむきあう会