

＼レッツ・自己理解／

# 腸について超考える

ゆるくなったり、かたくなったり。

私たちのお腹は、精神的な負担がかかったり、嫌な状況におかれたりすると、調子が悪くなることがあります。

普段からお腹の具合に振り回されていると、どうしても「厄介者」に思えてしまいそうですが、腸は、体のゴミ処理をしてくれているところ。そして、実は「感情豊かな」臓器でもあり、私たちに多くのことを伝えてくれているのです。

今回のセミナーでは、大腸の働きや心との関連について学んでいきたいと思っています。

腸について、あなたも「超」考えてみませんか？

## 開催概要

日時 2021年9月27日（月）13：30～15：30

場所 奈良若者サポートステーション

料金 無料 人数 8名程度

お問い合わせ

TEL 0742-22-5121

奈良若者サポートステーション  
〒630-8213 奈良市登大路町38-1 奈良県中小企業会館2階