

# 美腸プランナー3級講座@シェいなば



## 2020年2月4日(火)



17時～19時 3級講座 19時～ お食事会

講座費用 ¥3000 (認定証ご希望の場合別途¥1000頂戴します)

お食事代 ¥1650 (玄米菜食プレート デザート付き)

小林メディカルクリニック院長 小林暁子先生監督、監修で誕生した美腸プランナー資格認定講座

ここ数年で【腸活】という言葉がブームになっていますが、ご自身のカラダに合った腸活をしていますか？

ヨーグルトを食べているけど全然便秘が治らない・・・というお声をよく聞きます。

美腸になるには順番がとても大事なのです！

最新の医療に基づいた腸の知識を身につけてカラダの中からスッキリ美腸美人になりませんか？

【美腸プランナー3級講座の流れ】

- ①腸が注目されている時代背景
- ②消化管とは？
- ③腸ってなんで大事なの？
- ④腸内環境を整える3ステップ
- ⑤美腸生活の7つのポイント
- ⑥テスト



美腸プランナー3級講座  
一般社団法人 日本美腸協会認定講師 澤井祥恵

お申込み、お問い合わせはお電話かメールで受付☆彡

日本美腸協会認定講師 澤井祥恵 (090-1764-4044)

メール : [nailclover@docomo.ne.jp](mailto:nailclover@docomo.ne.jp) Facebook もチェックしてね♡

