

<西区／趣味・教養>

タイトル 腸と健康について

- 【内容】 健腸長寿の考え方を基本に、健康と腸の関係、乳酸菌の働きとスムーズな排便、免疫についてお伝えします。お土産付きです
- 【日時】 2/12(木)14時～14時45分。開場 13時30分
- 【会場】 西区民センター 1階第1・2会議室(札幌市西区琴似2条7丁目1-21)
- 【定員】 20人
- 【費用】 無料
- 【申込】 1/13(火)(受付時間:10時～17時)から西区民センターTEL011-641-4791へ電話。先着
- 【問合せ】 西区民センターTEL011-641-4791、ホームページ<https://nishi.kumin-c.jp/>
-

タイトル 保護フィルムを本にかけてみませんか？

- 【内容】 本の保護フィルムのかけ方を学びます。あなたの大切な本に、保護フィルムをかけてみませんか？
- 【日時】 2/27(金)11時～12時、14時～15時
- 【会場】 西区民センター 3階視聴覚室(札幌市西区琴似2条7丁目1-21)
- 【定員】 各回5人
- 【費用】 700円
- 【申込】 2/6(金)(受付時間:10時～17時)から西区民センターTEL011-641-4791へ電話。先着
- 【問合せ】 西区民センターTEL011-641-4791、ホームページ<https://nishi.kumin-c.jp/>
-