

無料

長瀬 みなみ氏 講演会

腸活で 超ハッピーな人生を

健康面や美容面に効果があるといわれる「腸活」
腸内環境を整えると健康寿命が延びるともいわれ
ています。腸活のメリットや具体的な方法につい
てお話いただきます。



令和6年 **11**月**3**日(日) 13:30~15:00
日時 (受付13:00~)

同日
センターまつり
開催

講師： 長瀬 みなみ氏

【講師プロフィール】 東京生まれ 便秘育ち

幼少期から慢性便秘体質で、そもそも人間のうんちは週一しか出ないと思っていた。成人後、激しい腹痛で病院を受診。検査したところ、みぞおちまでうんちだらけという事を経験。

長年の便秘経験を高く評価され、2018年よりウンログ株式会社にて広報PR部門の立ち上げ、ブランド責任者として取締役CBOに就任。うんちに特化したYouTubeチャンネル「ウンTube」(登録者8万人・総再生1600万回)の運営など、腸内環境の大切さを広める。2023年独立。

現在は、「腸活プロデューサー」としてセミナー講師やコラム執筆など活動の幅を広げている。

主なメディア出演: NHK「ニュースシブ5時」フジテレビ「ポップUP」雑誌: anan MORE

書籍: 主婦の友社「うんちを見るだけで腸ハッピー腸活メソッド」監修

: 緑書房「ムリしない腸活～おなかとうんちとの付き合いかた～」

主催
会場
問合せ

大分県社会福祉
介護研修センター
大ホール

大分市明野東3-4-1

☎ 097-552-6888

開館時間 8:30~17:00

参加
申込方法

参加ご希望の方は、
事前のお申込が必要です。
電話または、申込フォームから
お申込みください。



申込みフォーム

①TEL:097-552-6888

受付時に整理番号をお知らせします。

②申込フォーム

メールにて整理番号をお知らせします。

定員
250名



ホームページ

Instagram