

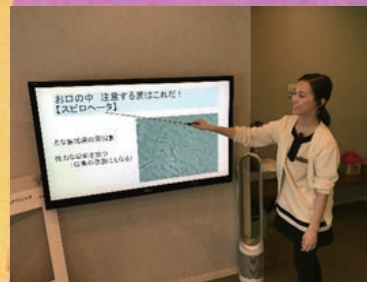
菌活セミナーレポート ～善玉菌を養って慢性疾患を防ごう～

9月8日(土)は、学院人気セミナーのひとつ

である“菌活セミナー”が開催されました!
実は身体の中にはたくさんの菌がいるんです!!
その種類別のバランスがとても大切に保てています。
口の中や腸の中にある菌のバランスのいかに、管理の仕方をご紹介しました。

体内にいる菌を自分でコントロールすることで全身の健康に繋がります。

日々の食事、生活に上手に菌活を取り入れ健康な体を保ちましょう!
次回の講演をお楽しみに😊



こんにちは！歯科衛生士の渡邊です

9月になり、急に朝晩が涼しくなり秋が一気にやってきた感じがして、まだ身体がついていていません。

季節の変わり目ですので、皆さん体調管理に気をつけて下さい😊!

この間、娘から『飛行機を見に行きたい』というリクエストがあり、急遽！夜の北九州空港へ飛行機を見に行ってきました。

娘は飛行機を見ては、『キャ～大きいね～』と身振り手振りして興奮していました♡

今回は展望デッキが閉まる時間帯に到着したので

デッキから見ることはできませんでした。

次またリベンジしたいと思います!

夜の飛行機は、また昼間とは違う素敵さでした。☆

