

コース番号	A-a10	提供企業・団体名	株式会社H&E		
プログラム名	腸活とお米の関係		実施場所	室内	
<p>菌活だけでは上手くいかない腸活。 ではどうすれば良いのでしょうか。 解決するための鍵は、私たちの身近な食材にあるということをお伝えし、食べ方や食事の組合せについて解説します。</p> <p>(主な内容) ○なぜ菌活だけではダメなのか ○なぜお米が良いのか ○食べ方</p>	対象	大人	定員	10名以上 (要相談)	
	所要時間	60分 (要相談)	必要経費	無料	
	準備物	プロジェクター、スクリーン(大型モニター可)			
	その他				