

一回

300円(税別)

チラシを
ご持参の方に限り

無料

ひと家族一回まで

野菜

詰め放題

10月16日(金)

10:00~14:00



たまねぎ

さつまいも

なすび

開催場所



シティホール東福岡

〒811-0202福岡県福岡市東区和白3-1-17

◆お問い合わせ担当代理店

株式会社 ベルコ 福岡支社 東支部代理店



☎092-903-8700

お問合せ時間▶平日 10:00~16:00

担当書

2026095552

be&co

からだを元気に!

健康 体操

どなた
でも!

無料

けんこう♪たいそう♪

簡単に出来るストレッチや椅子に
座って出来る体操です

体操時間(約40分)

1回目 11:00 開始

2回目 12:30 開始

当日は運動しやすい
服装でこ来場ください
水分の持参もお忘れなく!



■講師■

堺 整骨院

院長: 山崎 将司様

終活の10分間
上映してまます



健康茶 茶

飲み比べしてみてください



緑茶

- 効能 -
カテキンが豊富



ルイボステイ

- 効能 -
リラックス
美容効果が期待



黒豆茶

- 効能 -
抗酸化作用



ごぼう茶

- 効能 -
便秘解消



どくだみ茶

- 効能 -
ビタミンB群
ミネラル豊富



生姜茶

- 効能 -
免疫力向上



烏龍茶

- 効能 -
ダイエット