森永乳業 × 一般財団法人 松本ヘルス・ラボ

イオンモール松本 まなびの健康セミナー



実践！

ウェルビーイング

～ 今日、おなかに できること ～

「今日、おなかにできること」の視点から、
健康を支える土台となる栄養や腸活健康習慣、
食生活について学び、ウェルビーイングな毎日につながるヒントをご紹介します。
午前の部、午後の部と全年齢の方々が楽しめるコンテンツが盛りだくさん♪
楽しみながら学びませんか？

午前の部
腸活クイズに挑戦で
森永乳業
オリジナルグッズ
プレゼント!!

2026
11/1 SUN.

会場
イオンモール松本
風庭 2F
イオンホール

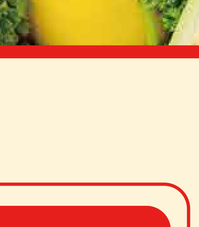
参加無料

申込不要

午前の部 体験プログラム 10:00～13:00

入退場自由

- アプリゲーム「工場長のお手伝い」
- 腸活クイズに挑戦！
  森永乳業オリジナルグッズプレゼント🎁
- 腸年齢測定
- ビヒダスヨーグルトレシピコンテスト
  受賞レシピ展示
- ビフィーちゃんフォトブース
  一緒に写真を撮って楽しもう！



ビフィズス菌キャラクター
「ビフィーちゃん」

午後の部 セミナー＆授賞式 13:30～16:00

食事と腸活を学ぶセミナー！

13:30～14:30
「実践！ウェルビーイング」
～今日、おなかにできること～



講師
北村　香 先生
（森永乳業グループ 健幸サポート栄養士）

定員 50名（先着順）

ビヒダスヨーグルトレシピ
コンテスト授賞式
15:30 ～ 16:00
※受賞された方のご家族や、一般の方の観覧も可能です。

お問い合わせ
一般財団法人 松本ヘルス・ラボ
松本市中央 1-18-1 M ウィング 1 階
TEL 0263-39-1139
平日　10:00~17:00
ホームページ
松本ヘルス・ラボ
https://m-health-lab.jp/