

各報道機関 様

KJ00726732

2026年9月29日

発信課	こども・女性・若者未来部こども家庭センター
担当者	武田 衛
連絡先	電 話 26-5500
	F A X 26-5508
	E-mail kodomokatei@city.asahikawa.lg.jp

分 類	イベント・行事 ☒ 募集 ☐ 契約・入札 ☐ 会議・説明会 ☐ その他 ☐
日 程	令和8年10月15日 10時00分 ～
発表項目 (行事名)	【親子の腸活オンラインセミナー開催！】お腹を整えてお父さん・お母さんもこどももニコニコに！5歳までには始める親子の腸活！
概 要 (趣旨・日時・場所・内容等を記入すること。)	●講師 株式会社サイキンソー／アライアンスユニット 長谷川 舞 様 腸は「第二の脳」ともいわれる大切な臓器です。3～5歳頃までに腸内フローラの土台がつけられます。親子で楽しみながら、腸のしくみや腸を育てるコツを学び、今日から家族でできる腸活をはじめませんか？ ●内容 本セミナーは、こどもの腸活について疑問や悩みを持つ保護者の方向けのセミナーです。専門講師が、腸内環境の基礎知識から家庭で実践できる腸活まで分かりやすく解説します！ ・腸内フローラって何？子どもの健康や成長とどう関係しているの？ ・腸内環境は、子どもの心や性格、感情の発達にも影響するの？ ・腸内フローラシミュレーターを使って腸内環境を予測！ ・親子で今日から始められる「腸活の4大ポイント」とは？ ・発酵食品や食物繊維は、どのように取り入れると効果的なもの？ ●日時 令和8年10月15日（木）10時～11時（Zoomによるオンライン開催） ●対象 旭川市内在住の0歳～未就学児の保護者の方 ●定員 先着順（定員に達し次第、受付を終了します） ●申込 子育て支援WEB予約サービス「ジモイク」から、24時間予約が可能です。 https://asahikawa.jimoiku.jp/にアクセス または「旭川 ジモイク」で検索！ （チラシ内の二次元コードからもアクセスできます。） ※後援：旭川市
添付資料	有 ☒ 無 ☐
報道（取材）に当たってのお願い	事前にご連絡願います。
備 考	

旭川市後援 ×  Cykinso

参加費
無料

5歳までにはじめる 親子の腸活

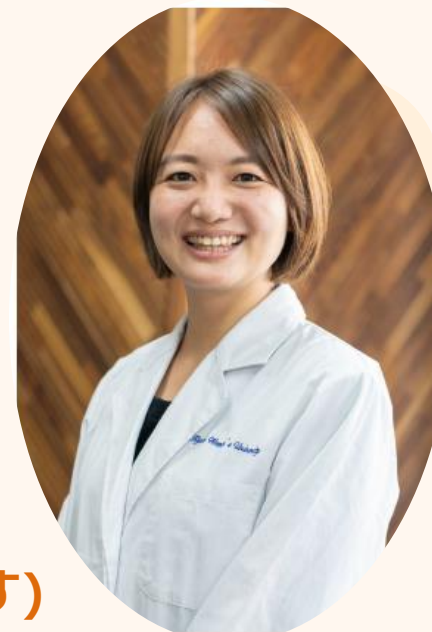


日時 10月15日（木） 10:00～11:00

対象 旭川市内在住の0歳～未就学児の
保護者

開催方法 オンライン開催（Zoom）

定員 先着順
(定員に達し次第、受付を終了します)





旭川市後援×



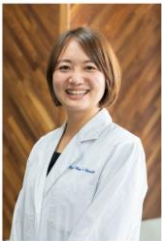
Cykinso

5歳までにはじめる 親子の腸活

参加費
無料

腸は「第二の脳」ともいわれる大切な臓器。3～5歳頃までに**腸内フローラの土台**がつくられます。親子で楽しみながら、腸のしくみや腸を育てるコツを学び、今日から家族でできる腸活をはじめてみませんか？

講 師

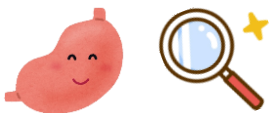
**長谷川 舞** 株式会社サイキンソー 管理栄養士／保育士

- ・老人保健施設での栄養ケア・嚥下リハビリ
- ・特定保健指導、ダイエットサポート
- ・クリニックでの栄養相談
- ・趣味：キャンプ／旅行／料理／腸活
- ・幼稚園での献立作成・給食調理・食育
- ・ベトナムに9年半在住。愛知県出身

このセミナーで学べる 3 つのこと

1 腸のしくみと 腸内フローラ講座

腸内フローラの基本や、腸が心と体に与える影響など、わかりやすく学びます。



2 親子でできる 腸活の4大ポイント

「足し算・引き算・うるおい・あたたため」の4つの視点で実践方法を紹介します。



3 かんたんチェック & 個別相談

イベント当日、ご自身のスマホで腸内環境をセルフチェック。腸内フローラの状況を簡単に確認ができます。

**日 時** 10月15日（木）10:00～11:00**開催方法** オンライン開催（Zoom）

おうちから気軽にご参加いただけます
予約完了後、視聴ID・PWをメールでお送りします

対 象 旭川市内在住の0歳～未就学児の保護者**定 員** 先着順
（定員に達し次第、受付を終了します）

こんな方におすすめ

- 子どもの便秘や偏食が気になる
- 食事や生活習慣を見直したい
- 子どもの心や成長を支えたい
- 専門家の話を聞いてみたい

右記二次元コードからジモイク会員登録の上、
イベント予約をお願いします

申し込み期間：9月24日（木）～10月14日（水）17時まで



予約フォーム（24時間受付）
こちらからお申込みください