**健康料理教室**

10月のテーマ　『秋のおやつ』

味覚の秋ですね。今回は秋のおいしい食材、りんご、かぼちゃ、さつま芋を使ってお菓子を作り

ます。簡単に作れるので、みんなで楽しくお菓子作りをしましょう！

日時　 ①１０月１９日（水）　 ②１０月２１日(金）

③１０月２５日（火）　　　④１０月２９日（土）

　　　　　　　　　　　　　　　　　　１０：３０～１２：３０

場所　　　　いちょう薬局(日赤病院前)　２Fキッチン

人数　　　　１回６名

参加費　　　３００円

申し込み　　いちょう薬局までお電話ください

　　　　　　　　　　　　　　（０８９）９９４－８８８１　　　管理栄養士　牧野

持ち物　　　エプロン　・　三角巾　・　ハンドタオル　・　筆記用具

✿　✿　✿　メニュー　✿　✿　✿

　　　　　　　　　　りんごケーキ　　　　　　　　簡単かぼちゃプリン　　　　　　　　さつま芋チップス

****いちょう薬局では管理栄養士による無料栄養相談を行っています。

**普段のお食事のこと、気になること、**

**いちょう薬局**

**何でもご相談ください。**

**（日赤病院前）**

**ＴＥＬ(０８９)９９４-８８８１**

✿お薬相談も受け付けています。お気軽にご相談ください✿