11月のテーマは「体あったかレシピ」
健康料理教室

体を温める食材を使用したメニューです。体を温めることで、免疫力もあがります。冷え対策の勉強会も行います。よろしければ、一緒に調理や勉強会を通じて、学びませんか？

日時：①11月8日（火）②11月9日（水）③11月10日（木）
④11月16日（水）⑤11月17日（木）⑥11月18日（金）
⑦11月22日（火）⑧11月25日（金）⑨11月29日（火）
⑩11月26日（土）

土日曜日も行っています。ぜひご参加下さい。

10時～12時30分頃まで
場所：あんず薬局2階キッチン
対象人数：1回6名まで
参加費：1回300円
持参する物：エプロン、三角巾、ハンドタオル、筆記用具

教室後、お薬相談も受け付けています。
ご希望の方は、前日までにご予約下さい。

お申し込みは、あんず薬局で受け付けています。お電話でもかまいません。
(0895)25-3311

※材料準備の都合のため、キャンセルによる返金は、ご予約日前日の午前中までとさせて頂きます。

かぼちゃのあずき煮

和風ごまカレー

白菜のしょうが醤油和え