

# 健康料理教室



## 8月のテーマ 『夏野菜』

暑い夏をどのようにお過ごしですか？夏は、お野菜のおいしい季節です。  
夏野菜をたっぷり使用した料理を、一緒に作りませんか？

- 日時 ①8月18日（金） ②8月23日（水）  
③8月26日（土） ④8月29日（火）  
④希望日・人数（2～6名）相談に応じます

時間 10:30～12:30

場所 いちよう薬局（日赤病院前）

参加費 300円

人数 1回6名まで

申し込み いちよ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** ❀ ❀ ❀ ❀

夏野菜のごま味噌そうめん



夏野菜のラタトゥイユ




とうもろこしとゴーヤのかき揚げ



管理栄養士による**無料栄養相談**を随時行っています

普段のお食事のこと、気になること、  
何でもご相談ください。

 覚ファーマシー株式会社

いちよう薬局

TEL (089) 994-8881  
(日赤病院前)