

健康料理教室



8月のテーマ 『貧血』

日時 ①8月19日(木) ②8月20日(金)

③8月24日(火) ④8月25日(水)

⑤8月28日(土) ⑥8月31日(火)

時間 10:30~12:30

場所 いちよう薬局(日赤病院前)

参加費 400円 前日・当日のキャンセルはお支払をお願いします

人数 当面の間は **3名以内**で行います

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



- ※ 体調に不安がある方は無理せず、参加を控えてください。
- ※ 参加時は、手洗い・消毒液の使用・マスク着用のご協力をお願いします。
- ※ 参加者同士の距離を保てるように、通常の定員数を削減して、3名以内で開催します。
- ※ 今後、コロナウイルス感染拡大の状況により、中止となる場合があります。ご了承下さい。

✿ ✿ ✿ ✿ メニュー ✿ ✿ ✿ ✿

アサリ缶の炊き込みご飯



枝豆入りつくねのねぎしモンだれ



水菜の梅白和えサラダ



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。

 いちよう薬局株式会社
TEL (089) 994-8881
いちよう薬局(日赤病院前)