

健康料理教室

2月のテーマ 『髪 건강』

日時 ①2月9日(水) ②2月15日(火)

③2月17日(木) ④2月19日(土)

⑤2月22日(火) ⑥2月25日(金)

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 ❀ ❀ ❀ ❀

サバ缶のチーズ春巻き



高野豆腐と海老の卵とじ



ほうれん草とするめのナムル



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。

 いちようファーマシー株式会社
TEL (089) 994-8881
いちよう薬局(日赤病院前)