

@ほっとサロン

忙しく働く人たちへの嬉しい企画 「コンビニ食材でつくる**バランス**ごはん」

河北総合病院 管理栄養士監修

参加費300円
お子様は無料

先着**15**名様
(事前予約制)

[日時] ▶▶▶ 2月15日(土) 14:00~15:30
(受付開始13:30)

[会場] ▶▶▶ 河北ファミリークリニック南阿佐谷
8F 暮らしの処方箋

(東京都杉並区阿佐谷南1-16-8 ISM ASAGAYAビル)

- 忙しい人にも嬉しい時短テクニックを紹介
- 手ぶらで気軽に参加でき栄養士のレシピを配布
- 調理デモンストレーションの見学と試食
- 地域に住む人同士や看護師と交流できる茶話会



講師: 河北総合病院栄養科科长
武田 朝子



どなたでもご参加いただけます

お申込みはお電話で
「暮らしの処方箋」へ

TEL 03-5913-9214 (平日10:00~17:00)

主催: 河北家庭医療学センター