

Cooking Cafe

8月のお知らせ

ワンコインレッスン

『魚について』

8月23日(木) 18:00~18:25

食事の主菜として登場する魚。

ちょっと魚について一度考えてみませんか？

25分の短時間レッスンです。

お仕事帰りなどにも是非どうぞ。

参加費500円(税込) ※会員様及び患者様に限ります。

夏休み企画！

『子供のための料理教室』

8月30日(木) 13:30~15:00

夏休み特別企画、子供のための料理教室です。

対象は小学生。

お野菜クイズや簡単な調理など、

楽しく食べものについて勉強します。

参加費2,500円(税込)

おいしく減塩！

『高血圧予防』

8月24日(金) 13:30~15:00

あなたの血圧は大丈夫ですか？

すでに血圧が高めの方はもちろん、そうでない方も
深刻な事態をまねくことにならないよう、
血圧が高くない時期から生活習慣を見直して、
血圧コントロールに努めましょう。

参加費2,500円(税込)

担当 登本・久保