

平日毎日開催！

食生活を見直すための 栄養教室開催

場所：メディカルフィットネスみらい

参加費：無料

日時：月～金曜日 9：30～9：45

14：35～14：50

内容は下記のプログラムをご覧ください。



押し麦のサラダ

* 栄養教室プログラム

- | | |
|----------|-------------------|
| 5/31～6/1 | みんなで食べよう「まごわやさしい」 |
| 6/4～8 | 豆で元気に！タンパク質について |
| 6/11～15 | 漢字で学ぶ食育 |
| 6/18～22 | 食べ物の消化と吸収について |
| 6/25～29 | 食中毒予防に効果的な食材紹介 |



どなたでも参加できます。お気軽にいらして下さい。