

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

### \* 栄養教室の内容

- 6/3～7 みんなで食べよう「まごわやさしい」
- 6/10～14 豆で元気に！タンパク質について
- 6/17～21 漢字で学ぶ食育
- 6/24～28 食べ物の消化と吸収について



どなたでも参加できます。お気軽にいらして下さい。