

愛ファーマシー

健康料理教室

3月『自律神経を整えよう』

- ① 3月12日(水) ② 3月14日(金)
③ 3月15日(土) ④ 3月18日(火)

MENU

- ・海鮮パエリア
- ・豆腐とアボカドのサラダ
- ・甘酒入りバナナマフィン

10:30~12:30

場所：いちょう薬局（日赤病院前）

【人数】

4名

【参加費】

600円

【持ち物】

エプロン・三角巾・マスク
ハンドタオル・筆記用具

申し込み：いちょう薬局に連絡ください
☎(089)994-8881
担当：管理栄養士 牧野

無料栄養相談
受け付け中!!

※参加時は手洗い・消毒・マスク着用のご協力をお願いします
※体調に不安がある方は、参加を控えてください