

テーマ

# 「食から学ぶ 生活習慣病」

日時 9月24日(日)  
10:00~

場所 きらら富士 ティーフロア

①

栄養士による講義  
「生活習慣病を予防する食事」



②

調理体験  
「簡単に作れる！  
美味しい制限食（糖尿・減塩）」



③

きららカフェ  
試食会

- ☆「実際に作ったものを食べてみましょう」
- ☆「低カロリーー おやつを味わう」



お問い合わせ きらら富士 電話23-1600(松永、大友)