



塩と上手におつきあい
すこしお

東京ほくと医療生協
健康づくり委員会主催

すこしお料理教室



すこしおとは・・・？

少しの塩分で「すこやかな生活」を目指す医療生協の取組です。塩分の少ない出汁や乳製品を使って、素材本来の味を楽しむ事のできる「すこしお料理」を学び、生活習慣病を予防しましょう

日時

5月30日(火)
午前10時～午後2時

調理に**牛乳・乳製品・豚肉**を使用します。
苦手な方はご注意ください



会場

ココキタ2階キッチンスタジオ
豊島五丁目団地内(右地図参照)

参加費

500円(材料費)



内容

講師:王子生協病院 生島管理栄養士
すこしお学習・調理実習・試食



定員

30名(先着順)
(定員に達した時点で受付終了とさせていただきます)

お申込み
お問い合わせ

東京ほくと医療生協 組織部

TEL **3913-9100**

5/23(火) 〆切

(平日:10:00~18:00)



キリ

<すこしお料理教室申込書> ※参加費をそえてお申し込み下さい。

お名前

お電話番号

ご住所

参加費500円 入・未