

第7回

きたの料理教室

旬の魚と野菜の包み蒸し
～木の芽味噌添え～

春の食材で低エネルギー&減塩を実現！

蒸し器を使わない蒸し物の他、乾物を使用したおかず等をご紹介します

と き 3月8日(土) 10時～14時

ところ 大手前栄養学院 (地下鉄「天満橋」駅
徒歩5分)

対象者 生活習慣病をお持ちの方、又はその予備軍の方

定員 30名(先着順)

参加費 2,000円(材料費を含んでいます)

申込方法 お申込用紙に参加費を添えて支払窓口まで

申込期間 1月17日(金)～2月28日(金) ※定員になり次第締め切り

問合わせ 北野病院 栄養指導部 TEL 06-6131-2975(平日15～17時)



調理初心者の方や男性、
お一人でのご参加も大歓迎！

おなかもココロも満足できる食事
で食事療法をサポートします！

主催：北野病院 栄養指導部
糖尿病内分泌センター
共催：大手前栄養学院