

# 健康栄養教室のお知らせ

今回の内容

## 旬の野菜のチカラ

❀ 日時 ❀

2017年7月14日(金)

14:00~14:45

❀ 場所 ❀

加藤内科みなとクリニック  
1階待合室

❀ 定員 ❀

10名(予約制)

❀ 費用 ❀

3割負担の方:470円

1割負担の方:160円

(定期的な通院のない一般の方:500円)



夏には旬の野菜がたくさんありますね。7月の健康栄養教室では、その野菜が持つチカラについてお話しします。

野菜に含まれるビタミンやミネラルは、体内でどのようにはたらくのか、またその効果をより多く得るために、どのように調理したらよいのかなど、気になる内容が盛りだくさんです！

**参加申し込みはスタッフまで！お気軽にご参加ください。**

健康栄養教室担当 : 管理栄養士 名畑(なばた)