

# 健康栄養教室のお知らせ

今回の内容

## 身体の脂質とダイエット

### ❁日時❁

2017年2月10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

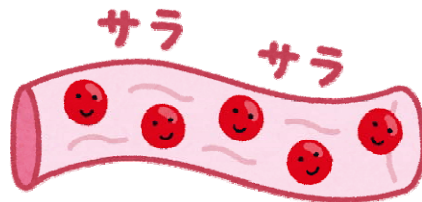
### ❁定員❁

10名(予約制)

### ❁費用❁

3割負担の方:470円

1割負担の方:160円



おなかの脂肪、気になりませんか？今回の健康栄養教室では、脂質に関する知識や、ヘルシーな調理法についてお話します。目に見える脂質と見えない脂質など、脂肪のつき方によってダイエット法が異なります。一緒に勉強しましょう！皆さんが大好きなお寿司のヘルシーアレンジについてもお話します！！



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)