

健康栄養教室のお知らせ

今回の内容

外食の選び方

❀ 日時 ❀

2017年5月12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 ❀

7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)



「カロリーや塩分など、気をつけることは多いけど、外食のときも気にするのは難しい！」と思いませんか？

外食のとき、自分の分だけ味を薄くしてもらったり、ヘルシーに作ってもらうのは困難です。

また、外食のメニューのカロリーや塩分はどのくらいなのでしょう。5月の健康栄養教室では、外食の選び方についてお話しします。

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)