

★第323回★

講義:「減塩対策の最新情報」

～日本と世界の減塩対策を覗き見る～

調理:「酢の力を美味しく活用」

★次回日時:平成31年3月6日(水)

開催日時 年4回(原則として第1水曜日) 10:00～13:40

スタッフ 総括指導 センター所長・医学博士・管理栄養士 井上正子
調理指導 栄養士・家庭料理研究家 中村さち子
管理栄養士・家庭料理技能検定1級 向井邦江
管理栄養士・栄養士 松田幸子 大塚尚子 齋藤慶子他

タイムスケジュール

(調理)10:00～10:50(50分)調理デモンストラーション

10:50～12:10(80分)調理実習(班に分かれ、みんなで楽しく調理実習)

(食事)12:10～12:30(20分)バランスの良い食事一食分の試食(作った料理の解説を聞きながら)

(講義)12:30～13:30(60分)講義(各テーマの病態や治療、予防法などについてわかり易く説明)

13:30～13:40(10分)片付け・解散

※終了時間は多少前後する場合がございます。予めご了承ください。

会場:日本医療栄養センター(井上内科医院2階)
西武新宿線上井草駅より徒歩7分

会費:1回5,000円(資料・材料費込み)

持ち物:エフロン、三角巾、筆記用具

※お得な回数券を発売中!(3回券 通常15,000円⇒14,400円)1回あたり200円お得
(6回券 通常30,000円⇒28,200円)1回あたり300円お得

お申し込み:〒177-0042 練馬区下石神井5-1-2
日本医療栄養センター
TEL : 03-3995-4455
E-mail : info-eiyo@junc.co.jp

※資料・材料の手配がありますので、お申し込みやキャンセルは開催日の2日前までにお願いします

※当日キャンセルの場合は、¥2,000お支払い頂きます。

