

生活習慣病を予防する

よく噛む料理

食事をよく噛むことは、胃腸の働きを活発にしたり、肥満や糖尿病などの予防に役立ちます。よく噛む食材を使った簡単でヘルシーなお料理をデモンストレーションでご紹介します。

皆様に試食をしていただきます！

〈日にち〉 3月14日（金）・4月23日（水）

*内容は各回異なります

〈時間〉 14:00~15:00（受付13:30~）

〈料金〉 1,000円（当日会場でお支払いください）

〈講師〉 関東労災病院治療就労両立支援センター管理栄養士

〈場所〉 関東労災病院内 総合研修センター B館1階

〈定員〉 24名（定員になり次第締め切り）



館内ではマスクを着用してください



《お問い合わせ・お申込み》
関東労災病院 治療就労両立支援センター
044-434-6337

*前日までにご予約をお願いいたします