

お手軽料理講座 & 栄養相談会



高血圧予防



小松菜の煮びたし

骨粗鬆症・フレイル予防



おさかなソーセージグラタン

管理栄養士が電子レンジを使った簡単に手軽にできるメニューの紹介を行います。試食もごさいますので、ぜひお立ち寄りください。レトルト食品や冷凍食品などの上手な使い方もお話いたします。 ☆お土産付き（数に限りがあります）

同時開催

イオン薬局

薬剤師さんによる血糖値測定会 & お薬相談会



無料でどなたでも参加できますが、事前に問診があり、問診の結果、測定に参加できない場合があります。お薬手帳をお持ちください。 ※お客さま自身で測定していただきます。

5/15 金

イオンモール与野 1F ローズコート

参加無料

予約不要

実演/講演/試食 10:30 ~ 11:00

栄養・お薬相談会 / 血糖値測定会 11:00 ~ 12:15

主催

さいたま市中央区北部圏域 地域包括支援センター ナーシングヴィラ与野



048-859-5375

— 同時開催 —

無料介護 相談会

お気軽にご相談ください