



# ヘルシースタジオ教室

## 第24回テーマ

### 骨粗鬆症編

2/27 (木曜日)

10:00～調理実習

講師：石川剛 管理栄養士

12:00～試食

『骨太を作るお料理とは・・・』

場所：厚生中央病院

別館4階

ヘルシースタジオ教室



定員15名

《今までのアンケート結果》

- ・鶏胸肉をと豆腐、チーズの組合せ
- ・セリのスープが美味しかった。
- ・ラッシーを作ってみます。



※写真は1月実施分

メニュー「鶏胸肉と豆腐のロコモコプレート」

他2品

#### ◆対象者◆

骨粗鬆症がきになる方、カルシウムが足りているか心配な方、自費診療のため当院以外の患者さんも参加できます。

#### ◆申込み先◆

栄養科：内線2053・2052 外線03-3714-8744

#### ◆参加費◆

¥1,020円（税込）＜完全予約制＞

#### ◆当院ご来院後は◆

①再来機に診察券を通して受付票をお取下さい。

②別館4階までお上がり下さい。

