

2026年 調理教室

テーマ：腸活で健康食を考える

冬から春へ!!からだリセットにはいい時期です!!

「腸活とはなにか。」を改めて学びましょう。

腸活を意識した献立を準備、調理教室も行います。



当日はご自分で「玉ねぎ麴」を作成し、ご自宅で

試していただけるようお持ち帰りしていただく予定です。

ご参加希望の方は、受付にお申し出ください。

日程：2026年3月20日（金）祝日

時間：11:00～12:30頃まで（受付：10:30～）

対象：糖尿病・高血圧症・その他生活習慣病

の治療を受けている方、そのご家族様

その他ご希望される方

場所：クリニック内 多目的室

費用：



① 当クリニック受診中の方 1000円＋栄養指導料※

② ご家族様、その他ご希望の方は食材費含んだ費用として

1500円

※栄養指導料は次回受診時にいただきます。

負担割合：1割：80円、2割：160円、3割：240円

持ち物：マスク、エプロン、ハンドタオル