6月21日（水）調理教室のお知らせ

*

オトコーポレーションが協賛している　美味しくて身体に良い低塩・低たんぱくの調理教室のお知らせです。食欲が落ちたり、エネルギーが不足しがちなこの季節にピッタリの「冷やし中華」の予定です。　お食事の後は、勉強会や情報交換の時間もありますので、初めての方も是非ご参加ください。

日時：　　2017年6月21日（水）10：00～14：00
場所：　　小田原市川東タウンセンター「マロニエ」
参加費：　1000円（材料費込み）
メニュー：　冷やし中華、杏仁豆腐、他□□
――――――――――――――――――――
お申込□NPO法人食事療法サポートセンター
☎0465-49-1151
★6月の次は、9月を予定しています。

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

4月の調理教室メニューは「たけのこご飯」「茶碗蒸し」「イチゴどらやき」でした。茶碗蒸しには「うどん」が入っています。でんぷん楽らくうどんのモチモチした麺が出汁のきいた茶碗蒸しにとっても合います。ちょうど旬のたけのこご飯も美味しかったです。

食事療法を続けるには、ご本人とご家族、周りの人の理解と協力が必要です。この頃はご夫婦で参加される方も増え、調理教室で出会った仲間と真剣に情報交換している姿がみられます。みなさん、とても頑張ってます。私たちも、もっと良いものを作れるようにがんばります！！

田中先生、栄養士の皆様、参加者の皆様、今回もありがとうございました。また6月に美味しいご飯と、楽しいおしゃべりで＋元気（プラス元気）しましょう。