

かむかむ Smile 3周年記念イベント

満席に
5/25(火)
になりました

山崎亮子さんのワークショップ

バランスの良い食事とは？

食生活アドバイスを受けられた方 限定！



～ 講座内容 ～

『バランスの良い食事にするために』

山崎亮子さんが実際に作ってくださるのを見ながら

いろいろなお話が聞けます

正しい塩分の
とり方は？

糖質は
どこまで抜いていいの？

だしの
上手な使い方

栄養アドバイス後の皆さまの状況を山崎さんとお話し
相談ができる機会になります

日時： 5月25日（火）

10:30～12:00終了予定

- 定員 6名(先着)
- 対象 食生活アドバイスを
受けられた方
- 参加費 3,500円
(お持ち帰りお弁当&汁物付き)
- 持ち物 飲み物、筆記用具

講師：山崎 亮子さん
管理栄養士 ATELIER table主宰



※写真はイメージです

※コロナ対策の為、お飲物は各自でお願い致します

※消毒と室内の換気等を徹底いたします。感染状況により延期または内容が変更になる場合もあります

お問い合わせ

お電話 ● (0766) 91-3077
E-mail ● info@comecome-smile.com

予約お申込み

ホームページ ● <http://comecome-smile.com/> ▶
※各イベントページのオーダーフォームからどうぞ

食育クッキングスタジオ

HP

LINE



かむかむ
Smile
by Shintani D.C.