

参加費 zoom無料 **ただし各自通信料はご負担となります**
参加型 **実費500円のみかかります (若干名)**

がんとむきあう会 料理教室 ZOOMを使ってお話ししながら
参加型 元ちゃんハウスで一緒に

「なすの柳川風」

夏野菜のなすを使った簡単レシピです。なすは、便通をよくする食物繊維、ナトリウムの排泄を促して血圧を下げる作用があるカリウムがたっぷり含まれています。

日時：2021年8月7日（土）
11時～12時

場所：オンラインで行うため
ご自宅から参加
する形となります。

対象：がん患者さん
そのご家族、お友達、
医療従事者



受講までの流れです



- ①事前予約
- ② 事前に資料、レシピをPDFで送ります。
- ③ 当日は、ZOOMでデモンストレーションを見ていただきます。(もちろん事前にレシピの材料をそろえ作っていただき質問していただいてもかまいません)
- ④みんなでお話しします。

お申し込み

電話：がんとむきあう会076-232-5566

HP：申し込みフォームあり

E-mail：gmkk2013@gmail.com、info@gmk.or.jp

FAX：076-254-1248

タイトル がんとむきあう会料理教室

申し込まれる方のお名前、ご連絡先をお知らせください。
定員は先着順となります。ご容赦ください。

参加の際にはオンライン会議システムZOOMを使用します。

