

すずらん健康教室 「血液サラサラ」

平成26年7月12日
すずらん薬局高宮店



試食を行いながら、栄養士が血液をサラサラにするポイントやレシピを紹介しました。



薬剤師が、ドロドロ血液によって起こる病気や薬について説明しました。



血行を良くするストレッチをみんなで行いました。

本日のメニュー

- *えびのさっぱり夏パスタ
- *サバのきのこあんかけ
- *冷しゃぶサラダ
- *空芯菜のからし和え
- *トマトと白玉のひんやりデザート



今後も違うテーマ等で企画していきたいと思っています。
お気軽にご参加下さいませ。

また、**栄養相談(予約制)**も随時受け付けておりますので
お気軽に窓口までご連絡下さい。



すずらん薬局グループ(株)ホロン 栄養相談室

栄養士：内海、大平、久保井、高畑、実広、田中、谷、中村、中室、矢田貝