

t u n a g a r u

食事がつなぐコミュニティの絆

にじの 食堂



ふぉー！

食後には、「健康体操」と「みんなで歌をうたいましようの会」を行います。※13時頃～



ベトナムを
代表する麺料理

からだを整える フォーランチ

にじの食堂は、地域の方にお越しいただける、月に1回の交流を目的とした食堂です。
予約は不要ですが、食数把握のためにご連絡いただけるとありがたいです。

(TEL075-744-0300/「にじの食堂の件で」とおっしゃってください)
どなたさまもお気軽にお越しください。

からだを整える薬膳ランチ 500円
コーヒー 400円～
(無農薬コーヒーPono coffee)

中医薬膳師 木戸 りんな 監修
小学生のお子様を持つママ
自身が体調を崩したことをきっかけに
食の大切さを痛感し、食のお医者さん
(食医)を目指す
「普段の生活にも薬膳を」を目標に、
だれもが取り入れやすい食材や調理法
を考案中



2024年3月19日(火)

11:00～13:30

場所：nijiサロン（デイサービスセンター虹精華大前）

お問合せは TEL（075-744-0300）もしくは公式LINEから↑

