

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



辛くないから子どもさんも召し上がることができます



気が付いたら2月だった
そんなあなたに

コムタムクッパ 500円
コムタムクッパとはあったかい
スープご飯のことです。

無農薬コーヒー

Pono coffee

¥400～



ビヨット

※写真はイメージです

韓国で人気のヨーグルトデザート
100円

にじの食堂は、地域の方にお越しただける、
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。

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



中医薬膳師
木戸 りんな 監修

2025年2月18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↑

