

食事がつなぐコミュニティの絆

にじの食堂

手羽元で作るサムゲタン 500円

副菜・おにぎり付き お楽しみデザート

100円

薬膳といえぼの
お馴染みスペシャルスープ

ホッと癒しませう



足湯トリートメント

おでかけついでにリラックス体験



ママのしたいことしよう

子育てママ支援サークル

はじめのいっぽ

好評につき
アンコール



ほんとひといき

ドリンク販売 ¥450~

はじめのいっぽ

薬草足浴トリートメント
¥500円

無農薬コーヒー

Pono coffee ¥400~

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。

(TEL080-5319-4825/「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。

普段の食事に薬膳を取り入れて
きれいに生きる

鶏肉に含まれている亜鉛などのミネラルには免疫細胞の活性化作用があり、さらにたんぱく質が豊富なため免疫力の向上にも効果あり！寒くなる冬に備えていきましょう



中医薬膳師
木戸 りんな

2025年11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 (080-5319-4825) もしくは公式LINE、インスタグラムから

