

# 健幸レストラン

保健センター管理栄養士 × 料亭於久仁のランチが食べられる！

この他に保健センター管理栄養士作成のヘルシーデザート  
& とまちよつぷ水もついてとってもオトク！



**料金1000円（税込）**

3種類以上のがん検診受診者の方は

なんと▶▶▶ **700円（税込）**



## レストラン開催日程

定員30名：要予約（先着順）

※キャンセルの場合は2日前までに必ずご連絡ください

※定員となり次第、終了となります。お早目にお申込みください。

|           |                                      |
|-----------|--------------------------------------|
| 10月10日（木） | 予約受付開始：9月2日（月）～ / 申し込み締め切り：10月8日（火）  |
| 11月7日（木）  | 予約受付開始：10月1日（火）～ / 申し込み締め切り：11月5日（火） |
| 12月11日（水） | 予約受付開始：11月1日（金）～ / 申し込み締め切り：12月9日（月） |
| 1月22日（水）  | 予約受付開始：12月2日（月）～ / 申し込み締め切り：1月20日（月） |

### 【開催時間】

#### ・栄養士の話

12：00～12：20

#### ・実食

12：20～13：30

#### 耳で聞いて納得



#### 特典ポイント1

保健センター管理栄養士から“健康的な食事とは？”

“何をどれだけとれば良いの？”など、食事について解説！

#### 目で見て実感



#### 特典ポイント2

健康的な食事を実際に見てみよう！

きれいな盛り付けで食欲も増し増し！

#### 口から食べて体感



#### 特典ポイント3

調理担当は料亭 於久仁！料亭ならではの味わいに

お腹も心も満たされる！！



●場所 苫小牧市保健センター 1F多目的ホール

●申し込み 0144-35-2800（受付時間 8：30～16：30 土・日・祝日は除く）