

畠からのごちそう！ /

## すごい！やさいめし

2026年3月24日(火)

14:00～15:00



講 話 仲本桂子 健康教育科科長 (栄養学博士、公衆衛生学修士)



料理実演 高橋知寿 (料理研究家、健康管理士)



料理の試食 (お土産付き)

申込制 : 費用 1,500円(税込) 定員15名

※人数によっては、開催を見合わせる場合がございます



申込締切 : 3月10日(火)

申込・問合せ (料理教室)

[kenkokyoku@tokyoeisei.com](mailto:kenkokyoku@tokyoeisei.com)

## 実演メニュー (予定)



ひよこ豆のツナ風サラダ



クラムチャウダー風スープ



にんじんりんごデザート

【後援】杉並区

医療法人財団 アドベンチスト会  
TOKYO ADVENTIST HOSPITAL

東京衛生アドベンチスト病院

<http://www.tokyoeisei.com>HPH  
健康増進活動拠点病院

健康教育科 03-3392-6151 (代表) 平日11:00～17:00 (金曜14:00)

C-517