

NEWSTART健康法
を体験しよう！

NEWSTART健康セミナー
講話 & 料理教室

すごい！ やさいめし



2026

10/20 (火) 14:00~15:00



講話

佐々木温子 (内科医師)



料理実演

高橋知寿 (料理研究家・健康管理士)

※調理は講師による実演形式で行います



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：10/6 (火)



申込 (料理教室)

kenkokyoiku@tokyoeisei.com

実演
メニュー
(予定)



お肉を
使わなくても
大満足！

- ・野菜ビビンバ
- ・大根キムチ
- ・わかめスープ



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

【後援】 杉並区



03-3392-6151 (代表) 健康教育科

平日11時 ~ 17時 (金曜14時)

C-517