

# BACH フラワーエッセンスお話し会

9月11日(金) 13:00~15:00

# BACH 個人コンサルテーション

9月11日(金) ~~13:00~~<sup>16</sup>:00~19:00  
12日(土) 9:00~最終13:00

○ それぞれ受講料は、お一人1000円(要予約)

個人コンサルテーションはお一人1時間

\*お願い フラワーエッセンスの性格上、化学物質に敏感な方も受講されます  
防虫剤、香料(香水、ヘアスプレー等の化粧品の香料、柔軟剤の香料  
など)等の使用にご配慮くださいますようお願いいたします

◎ お申し込みは健らいとまで

✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿

## 健らいと クッキング

卵・牛乳・小麦  
アレルギー対応

✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿

今月は夏に食べやすい種類のご紹介です。  
健らいとで扱っている調味料のみ使用する、  
美味しくて安全でしかも超かんたん種類、  
ぜひおうちでもお試しください。

8月 8(土) 10:30~  
13(木) 10:30~ いずれもご予約ください

\*診察等で遅れられる場合はお知らせください  
\*昼食試食のみも承ります

参加費 1500円 (ご同伴ご家族はお一人500円)

14日(月)

◎9月は、~~12日(土)~~、18日(金)を予定しております

### 8月のメニュー 種3種

☆ 和風さっぱりひえめん

ひえめんに具をたっぷりせた少し酸味の  
冷たい冷麺です

★ さっと炒めビーフン

軽く炒めたビーフンはお子さまにも  
喜ばれます

☆ かんたん担々麺

おうちで簡単に作れるのに味は本格的!!  
あわめんを使った夏のイチョシです

夏のお昼は手間いらずで美味しく  
健らいとの種類をご活用ください!

