

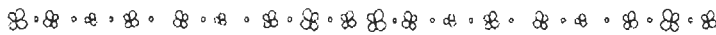
BACH フラワー

2月 19日(金) 13~17時 個人コンサルテーション
20日(土) 9~11時
20日(土) 11~13時 セルフケア教室

○ 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

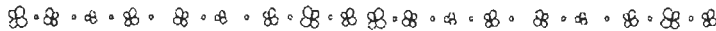
*お願い フラワーエッセンスの性格上、化学物質に敏感な方も受講されます
防虫剤、香料(香水、ヘアスプレー等の化粧品の香料、柔軟剤の香料
など)等の使用にご配慮くださいますようお願いいたします

◎ お申し込みは健らいとまで <仕組みと使い方、自分に合ったエッセンス選定>
開設日の1ヶ月前よりご予約受付いたします



健らいと クッキング

卵・牛乳・小麦
アレルギー対応



チリ産のサーモンを使った一品のご紹介です
年齢を問わず食べやすいメニュー
じゃがいもはサイドメニューに
具たくさん食べるスープと共にどうぞ

1月 22日(金) 10:30~
30日(土) 10:30~

いずれもご予約ください
*その他の日についてはお問い合わせください
*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)

1月のメニュー

- ★ サーモン変わり揚げ
衣の工夫でいつもと違った
サーモンのフライ
- ★ ハニーマスタードポテト
マスタードを使いますが、辛くありません
お子さまにも食べやすいです
- ★ 野菜たっぷりスープ
旬の野菜をたっぷり
身体も暖まるさっぱりスープです

★ さつまいものパウンドケーキ

ご家庭の食卓をより楽しく
会話もはずむクッキングです

