8월 약(藥)이 되는 영양교실 참여자 모집

- ♣ 일 시 : 8.8/22/29(목) 총 3회, 10:00~12:00 (3회차 연속교육)
- ♣ 장 소 : 자양보건지소 1층 영양교육실
- ♣ 모집대상 : 관내 지역주민 누구나 선착순 15명
- ♣ 신청기간 : 7월 29일(월) ~ 8월 2일(금) 까지
- ♣ 신청방법 : 1층 대사증후군 관리센터 전화 및 방문접수
- ♣ 재료비 : 총 3회, 15,000원 참여신청 시, 재료비 같이 준비해주세요☺
- ♣ 신청문의 : 02)450-7011
- ♣ 내 용 : 무더위에 손상된 건강을 보강하는 영양밥상

1회차 (8/8)	○ 영양교육 더위를 이기는 복달임 음식 ○ 요리실습 「초계국수」 만들기	
2회차 (8/22)	○ 영양교육 우리 몸의 균형을 잡아주는 비타민과 미네랄 ○ 요리실습 「차돌박이샐러드」 만들기	
3회차 (8/29)	○ 영양교육 자외선에 상한 피부를 돌려주는 비타민C ○ 요리실습 「도토리묵사발&오이고추된장무침」 만들기	

★교육 일정과 내용은 추후 변경 될 수 있습니다

※모든 참여자(20세~64세) 대사증후군 무료 검진 실시

광진구 자양보건지소