

## 家族介護者教室 調理実習

# おうちで手軽にできる高齢者の食事 ～料理が苦手な人も上手にできる～

栄養バランスがよく食べやすい食  
事の作り方を学びます

実際に作って試食してみませんか？

家族の介護はまだ必要ないけれど、料理を  
分担することになった方や、健康のために  
自分で料理をはじめた**男性の参加也大歓迎**  
です！



日 時：平成30年3月29日（木）

10：30～13：00

場 所：生野区役所2階 栄養講習室

大阪市生野区勝山南 3-1-19

講 師：生野区役所管理栄養士 高井美江子さん

参加費：200円

申 込：3月22日（木）までに

電話または裏面申込書にてFAXで申し込み

持ち物：エプロン、三角巾（大判ハンカチ可）

手拭きタオル



問い合わせ：生野区地域包括支援センター

大阪市生野区勝山北 3-13-20

電話 6712-3103

FAX 6712-3122

# 3/29 家族介護者教室調理実習参加申込書

申込み・お問合せ先：生野区地域包括支援センター

生野区勝山北 3-13-20 生野区社会福祉協議会内

TEL 6712-3103 / FAX 6712-3122

申込日 年 月 日 受付者 \_\_\_\_\_

氏名	年齢	住所	電話番号

※ 申込書に記載された個人情報については家族介護者支援事業の目的のみに利用させていただきます。個人情報は適切に取り扱うこととし、他の目的での使用や第三者への提供はいたしません。

## 【会場案内】

生野区役所 2階 栄養講習室

交通 / JR 環状線「桃谷」駅 徒歩約15分

