

家族介護者教室 調理実習



やわらかく食べやすい 高齢者の食事



肉魚が苦手な人もタンパク質がとれる

苦手なものさけていると、栄養が偏り栄養不足になりがちです
介護する方される方が元気でいられるように、調理する方法や
食材の選び方を工夫し、バランスの良い食生活をめざしましょう
調理が苦手な方や、男性の参加も大歓迎です

日時: 3月13日(金) 10時30分から13時

場所: 生野区役所2階 栄養講習室

講師: 生野区役所 管理栄養士 坂元和恵さん

参加費: 250円 (食材料費)



申込: 3月6日(金)までに 電話またはFAXにて

定員: 20名(申込み先着順)

生野区地域包括支援センター圏域に

お住まいの方優先

持ち物: エプロン、三角巾(大判ハンカチで可)

手拭きタオル

問合せ: 生野区地域包括支援センター 生野区勝山北3-13-20

でんわ 6712-3103 ファックス 671-3122

3/13 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

