

～手軽に作れる中華料理で楽しい食事～

レッツ！シニアの調理

～趣味の料理でも⇒健康食生活～



基礎から学ぶ、家庭料理の調理実習です。
介護の食事づくりなどの相談もできます。

～献立～

『八宝菜アンかけ焼きそば…野菜タ
ップリ』

『鶏の唐揚げ風…葱ソースかけ』

『杏仁豆腐のフルーツ盛り』

※作った料理のお持ち帰りはできません

- 対 象 : 名古屋市内在住の55歳以上の方
日 時 : 平成30年3月12日(月)
午前10時～午後1時
(集合時間:9時50分)
場 所 : 名古屋市高齢者就業支援センター
4F 調理実習室
持 ち 物 : 受講料(1,000円)・エプロン・
三角巾・マスク・食器用布巾2枚
定 員 : 25名(定員を超えた場合抽選)
講 師 : 株式会社ダイエット・ケア代表
管理栄養士 竹内 義政 氏

申 込 方 法

2月20日(火)午後5時までに、電話、FAX
(講習名・住所・氏名・年齢・電話番号を明
記)ホームページ、名古屋市電子申請サー
ビスでお申込みください。抽選で受講者を決定
し、結果は当選された方のみ2月末日までに
通知いたします。

※電話、来所は月～金(休日・祝日を除く)
午前9時～午後5時

※いただいた情報は、講習の開催案内および
運営等に利用します。それ以外の目的に利用
または、第三者に提供することはありません。

名古屋市高齢者就業支援センター
TEL 8 4 2-4 6 9 1 FAX 8 4 2-4 8 9 4
<http://www.bes-c.com/>
名古屋市昭和区御器所通3-12-1



【交通】鶴舞線・桜通線「御器所」

- ②番出入口東 40m
③番出入口東200m

平成29年度「レッツ！シニアの調理」（3月12日分）参加申込書

- F A Xで申込みを希望の方は、下記へ必要事項をご記入のうえ、高齢者就業支援センターへ送付ください。

*F A Xの場合は、後ほどお電話で送信完了のご確認をされることをおすすめします。

【電話（052-842-4691）、ホームページ（<http://www.bes-c.com>）、名古屋市電子申請サービスでもお申込みできます。】

- いただいた情報は、講座の開催案内及び運営等にのみ利用します。それ以外の目的に利用または第三者に提供することはありません。
- 定員を超えた場合、抽選で受講者を決定し当選者のみ2月末日までに通知いたします。

申込年月日 平成 30年 月 日

フリガナ			年 齢
氏 名			歳
電話番号	() -	F A X	() -
携帯番号			
住 所	〒 - 区		

どこで、または誰から本講座をお知りになりましたか？	ア. 広報なごや イ. 生涯学習なごや ウ. 民生名古屋 エ. 友人・知人・家族 オ. 図書館 カ. 生涯学習センター キ. 区役所 ク. その他
---------------------------	--

送付先 名古屋市高齢者就業支援センター
F A X : 052-842-4894