

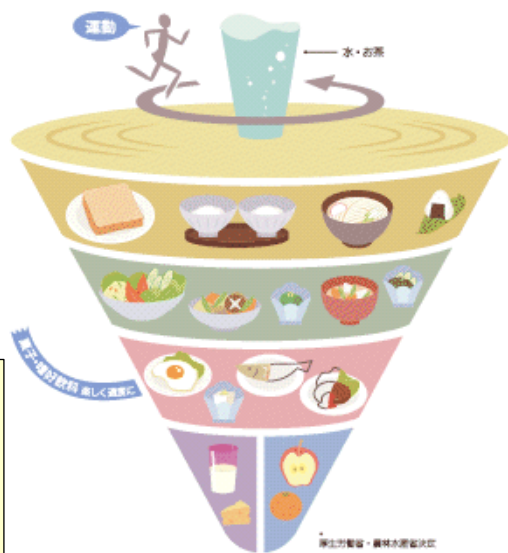
シニアのための食生活講座

～食と健康～

食生活を振り返り、高齢者の食生活の特徴と注意点、栄養と食事のバランス、食の安心・安全などについて学びます。調理実習も行いますので、調理業界への就業にも役立ちます。



- 対象 : 市内在住の55歳以上の方
日時 : 令和5年10月17日(火)
午前10時～午後1時
場所 : 名古屋市高齢者就業支援センター
4階 調理実習室
受講料 : 1,000円(材料費等)
定員 : 20名(定員を超えた場合抽選)
講師 : 一般社団法人FLAネットワーク協会
管理栄養士 熊崎 稔子 氏



～調理実習の献立～

- ・ 鮭ごはん
- ・ 厚揚げと里芋のそぼろ煮
- ・ 青菜と鶏肉の和え物
- ・ つぶつぶオレンジゼリー

※内容は変更になる場合があります

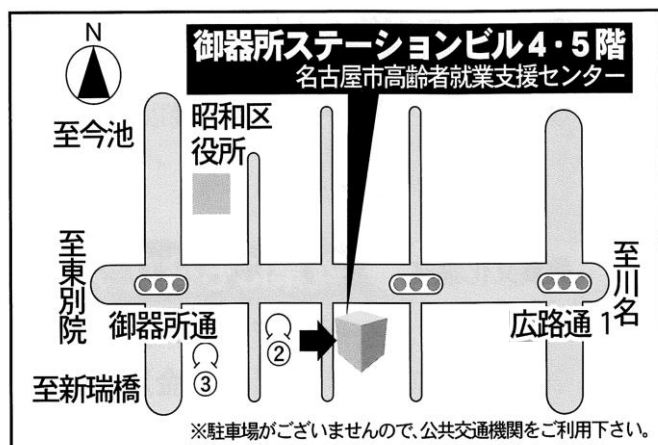
申込方法

9月20日(水)午後5時までに、電話、FAX、ホームページ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9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 842-4691 FAX 842-4894
<https://www.bes-c.com>
名古屋市昭和区御器所通3-12-1



交通のご案内

- 地下鉄
○…地下鉄 鶴舞線・桜通線「御器所」下車
②番出入口東40m ③番出入口東200m

「シニアのための食生活講座」参加申込書

- F A Xでお申し込みの場合は、下記へ必要事項をご記入の上、9月20日（水）までに高齢者就業支援センターあてお送りください(F A X 052-842-4894)。送信不備による申し込み漏れを防ぐために、送信後にご連絡をいただくと確実です。
- いただいた情報は、講座の開催案内及び運営等に利用します。それ以外の目的での利用または第三者への提供はありません。
- 定員を超えた場合は抽選で決定し、9月末日までに当選者のみ郵送でお知らせします。落選者にはお知らせしませんのでご承知おきください。

申込年月日 令和 年 月 日

ふりがな		生年月日	昭和 年 月 日生 (歳)
氏 名		性別 (任意記入)	
住 所	〒 区		
電 話		F A X	
この講習を どのように 知りました か？	A. 広報なごや B. 民生名古屋 C. 友人・知人・家族の紹介 D. 図書館 E. 生涯学習センター F. 区役所 G. 就業支援センター H. シルバー人材センター会員 I. ホームページ その他 ()		

<お問い合わせ・お申し込み先> **名古屋市高齢者就業支援センター**

〒466-0015 名古屋市昭和区御器所通3丁目12番地の1 御器所ステーションビル4階

電話052-842-4691 F A X 052-842-4894

ホームページ <https://www.bes-c.com>