

シニアのための食生活講座

～包丁を持つのは今ひとつ！

だけど、栄養バランスは気になるあなたに～

～男性向け～

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、調理実習を行います。

調理業界への就業にも役立ちます。

- 対象 : 市内在住の55歳以上の男性
日時 : 令和6年11月5日(火)
10:00～13:00
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



男の食卓を粹に
決めよう！



何を作るかはお楽しみに

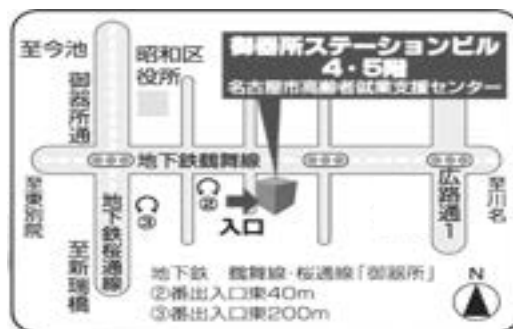
申込方法

10月21日(月)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にのみ10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



地下鉄 鶴舞線・桜通線「御器所」駅
②番出入口東40m
③番出入口東200m
駐車場はありません。
公共交通機関をご利用ください。

「シニアのための食生活講座(男性向け)」参加申込書

FAX : 052-842-4894

- FAXでお申し込みの場合は、下記へ必要事項をご記入の上、10月21日(月)までに高齢者就業支援センターあてお送りください。*着信確認のお電話をお勧めします。
- 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、10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			
氏名		年齢	歳
住所	〒 区		
電話	- -	左利き ですか?	<input type="checkbox"/> 該当する *該当する方は <input checked="" type="checkbox"/>
日頃どのくらい調理していますか?	<input type="checkbox"/> ほぼ毎日 ⇒ (<input type="checkbox"/> 朝食 <input type="checkbox"/> 昼食 <input type="checkbox"/> 夕食) <input type="checkbox"/> 週2~3回 <input type="checkbox"/> 週1回 <input type="checkbox"/> 月2~3回 <input type="checkbox"/> ほとんどしない *実習時の班分けの参考にします。抽選には影響しません。		
この講習をどのように知りましたか?	<input type="checkbox"/> 広報なごや <input type="checkbox"/> 民生名古屋 <input type="checkbox"/> ホームページ <input type="checkbox"/> 講座のチラシ ⇒ (どこで: <input type="checkbox"/> 区役所・支所 <input type="checkbox"/> 図書館 <input type="checkbox"/> 生涯学習センター <input type="checkbox"/> その他) <input type="checkbox"/> 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 FAX052-842-4894
 ホームページ <https://www.bes-c.com>

シニアのための食生活講座

～この頃、体力が落ちてきた気がするし、食事もワンパターンになりがち…とされているあなたに～

～女性向け～

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、調理実習を行います。
調理業界への就業にも役立ちます。

- 対象 : 市内在住の55歳以上の女性
日時 : 令和6年11月22日(金)
10:00～13:00
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



今日は何をつくらうか



何を作るかはお楽しみ

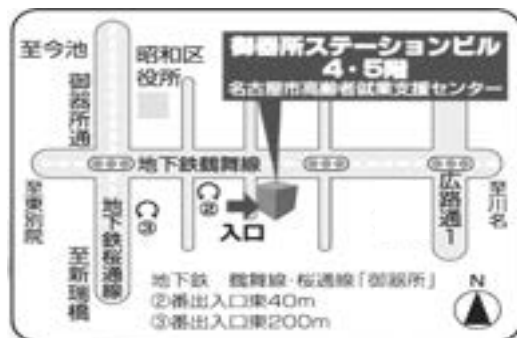
申込方法

10月21日(月)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にのみ10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



地下鉄 鶴舞線・桜通線「御器所」駅
②番出入口東40m
③番出入口東200m
駐車場はありません。
公共交通機関をご利用ください。

