

かんたん！ クッキング！

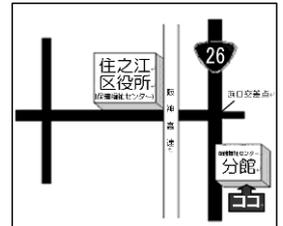
シニア食育料理教室



健康に過ごすためには、毎日の食生活が大切です。
この機会に正しい食生活のあり方を学ぶとともに、
楽しく料理を作ってみませんか？
あまり料理をすることがない方も、お気軽にご参加
ください！

●とき 9月4日(木) 午前10時～午後1時

●ところ 住之江区保健福祉センター 分館
(住之江区浜口東3-5-16)
2階 集団検診室・栄養指導室



対象：住之江区にお住まいの65歳以上の方、12名

内容：調理実習と栄養のお話

費用：500円(調理材料費として、当日徴収いたします。)

申込み：お電話または下記の参加申込み書にて、8月28日(木)までに
住之江区保健福祉センターにてお申込みください。※先着順

持ち物：エフロン・手ふき・食器用ふきん・
三角巾など頭髪をおおうもの・筆記用具

共催：住之江区食生活改善推進員協議会

お申込み・お問合せは

住之江区保健福祉センター保健福祉課(健康支援)まで
(住之江区役所3階31番窓口)
電話6682-9882

参加に際してのお願い

- ・当日は、マスクをご持参ください。調理作業中に使用します。
- ・体調が悪い場合は参加をお控えください。

----- キ リ ト リ -----

シニア健康料理教室 参加申込書

氏 名 _____

年 齢 _____ 歳

住 所 _____

電話番号 _____