



介護食教室

だれでも歳をとるにつれて食欲が減ったり、固いものが食べにくく、飲み込みにくくなってきます。自分自身の将来の為に家庭でできる介護食等をテーマに必要な栄養や調理の知識・技術を学びませんか？

時間：10:00～12:00
 会場：調理実習室
 講師：長崎市食生活改善推進協議会南支部
 定員：20人
 材料費：300円

日程

回	期日	学習内容	備考
1	9/29 (金)	◎開講式・オリエンテーション ・介護食料理教室 ◎閉講式	持ってくるもの ・エプロン・ふきん・タオル ・マスク・三角きん・手ふき ・筆記用具



- **申込方法**
 - ①往復はがきによる申し込み
講座名、住所、氏名、年齢、電話番号、返信用のあて名を書いてください。
 - ②来館による申し込み（返信用はがきを持参してください）
 - ③ホームページの申し込みフォームによる申し込み
 ※申し込み多数の場合は抽選です。

スマートフォン
はコチラから



- **申込期限** 令和5年8月31日（木）必着 ● **申込み・問合せ先**
 長崎市南公民館 〒850-0936 長崎市浪の平町7番19号
 TEL825-0295 FAX825-0294