

男性料理講座



①木曜日コース(全4回)

令和6年1月11日、25日、2月1日、8日

②土曜日コース(全4回)

令和6年1月13日、27日、2月3日、10日

いずれも午前10時～午後12時

※①と②の内容は同じです。



内容	バランスの良い食事を作ろう！ ※完成した料理は講座内で食べます。
場所	総合福祉センター1階 日常生活訓練室
対象	市内在住の概ね65歳以上の方(全4回参加できる方)
定員	①②ともに8人ずつ
参加費	2,000円/4回(講座初日にお支払いください)
講師	介護予防係職員(管理栄養士)
持ち物	エプロン、バンダナ(又は三角巾)、食器用ふきん2枚、手拭きハンカチ、飲み物、マスク

申込み 12月12日(火)～12月23日(土)

火曜日～土曜日 午前9時～午後5時

電話(介護予防係77-7896)又は窓口にて受付
どちらかのコースを1つ選んでお申込み下さい。

※定員を超えた場合は抽選となります。

抽選結果は12月26日(火)以降、申込者全員に
電話で連絡します。