【一般介護予防事業】

～男性の社会参加と健康づくりを支援～

男の料理教室

フレイル予防・低栄養について

日時/令和８年１１月２７日（金）
１０:００～１１:３０

会場/朝日町保健福祉センター
栄養指導室・健康教育室

受付/令和８年１１月９日（月）から

「男」シリーズ第2弾。男の料理教室！
簡単に出来る調理、栄養のある食事を通じて、健康な心身の維持・向上と、居場所づくり仲間づくり等の社会参加を支援します。男性の皆さん、お気軽にお申し込みください。
男、集まれ！！

- ●対　象 ： 町内在住60歳以上の男性
- ●定　員 ： 12名（先着順）
- ●参加費 ： 500円（当日、徴収致します）
- ●持ち物 ： 参加費、エプロン、三角巾、マスク
- ●受　付 ： 令和8年11月9日（月）～11月20日（金）
- ●申込先 ： 朝日町保健福祉センター窓口もしくは、電話「377-5500」まで
- ●送　迎 ： 送迎希望の方は開催日前日までに電話「377-5500」まで







◇メニュー◇

ご飯が進む♪
味染み！ぶり大根

◆講師◆
信田せりか　管理栄養士
朝日町役場　子育て健康課

担当 ： 朝日町地域包括支援センター
電話 ： 059-377-5500