

【一般介護予防事業】

～男性の社会参加と健康づくりを支援する事業～

# 男の料理教室

フレイル予防・低栄養について

日時/令和4年5月13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

「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：15名
- 参加費：300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4年4月4日(月)～5月6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◇

### 麻婆豆腐

◆講師◆

久保 玲奈 管理栄養士

朝日町役場 保険福祉課

◆来館時のお願い◆

保健福祉センターへご来館の際は、手指のアルコール消毒とマスクの着用をお願いします。水分タオルもご持参ください。

◆開催日当日、感染症に関する発令があった場合、中止となりますのでご了承ください。

担当：朝日町地域包括支援センター  
電話：059-377-5500