



# 美味しい栄養食について

朝晩冷える日が増えてきました。体調はいかがでしょう？

今回のシニア教室では、冬場にとっておきたい栄養素について管理栄養士に教えていただきます。その後、おすすめの食事を一緒に作ってみませんか。（主菜、副菜、汁物、デザートを作る予定です。）

日時：令和7年1月16日（木）9：30～12：00

（最後の30分程度、試食をしながら質疑応答予定です。）

場所：里庄町福祉会館 2階 実習室及び講義室

講師：管理栄養士 土居純子 氏

会費：200円（材料費として）

※当日集金します。おつりのないようお願いします。

持参物：エプロン・三角巾・上靴（スリッパ）・マスク・ふきん

定員：15名（定員になり次第締め切ります。）

対象：町内にお住まい、またはお勤めの方

主催：社会福祉法人 里庄町社会福祉協議会

申込方法：下記窓口または電話にて受け付けします。

申込締切日  
1月9日（木）

（※詳しくは下記にお問い合わせください）



【申込・問い合わせ先】

社会福祉法人

里庄町社会福祉協議会

浅口郡里庄町里見1107-2

電話 0865-64-7218

FAX 0865-64-7240

※材料の都合上、締切厳守です。よろしく申し上げます。