



介護予防研修会

●大人向け食セミナー

●通いの場10年継続表彰



～通いの場を10年継続された団体へ表彰を行います～

『住み慣れた場所で生き生きと元気に過ごすために』～シニアの食事とフレイル予防～

講師：熊本県栄養士会

セミナーでは、人生を楽しんで生きるための、シニア世代の食事のポイントをお伝えします。

昨年度、大好評！！（昨年度のアンケート結果を一部抜粋）

- ・いつもの食事に、栄養をプラスしてみようと思いました。
- ・食の大切さ、特にたんぱく質の摂取の大切さがよく理解できました。
- ・講話をまた聴きたいです。今日の講義を地域に帰って伝えていきたいと思います。

場所	日にち	時間	表彰団体 対象地区予定
栖本福社会館	3月4日 (水)	10時～ 12時	倉岳町3団体 有明町1団体
一町田地区コミュニティーセンター	3月9日 (月)	10時～ 12時	天草町1団体・河浦町2団体 牛深地区1団体
市民センター 大ホール	3月10日 (火)	10時～ 12時	本渡地区8団体・佐伊津町4団体 五和町1団体・新和町1団体

●内容：大人向け食セミナーの開始前に、通いの場10年継続表彰を行う予定です。（対象団体には市から通知をしています）

●申込方法：市役所高齢者支援課へ電話申込

*各会場1週間前までにお申し込みください。



＜お問合せ先＞ 天草市役所 高齢者支援課 包括ケア推進係
☎ 24-8864（平日 8時30分～17時15分）