

東海学院大学×各務原市 連携事業

シニアからはじめるフレイル予防料理教室

ふちふれ韓国料理屋さん

6月27日(土) 10時~12時



教室概要

今回のテーマは「フレイル予防の韓国料理」

会場 東海学院大学西キャンパス3号館
(那加桐野町2-43)

- 内容**
- ① フレイル予防のお話
 - ② 調理・実食
 - ③ フラワーアレンジメント実習で学生と交流
(花はお持ち帰りいただけます)



東海学院大学医療栄養学科の学生がサポートします！



当日の献立、申し込み方法は裏面へ ▶

献立



- ・ホットク2種(キムチ・黒糖)
 - ・チョレギサラダ
 - ・韓国風卵と野菜のスープ
- *アレルギー食の対応はいたしかねます

当日販売します！

東海学院大学
ドリンクメニュー

ノンアルコール
ドリンク

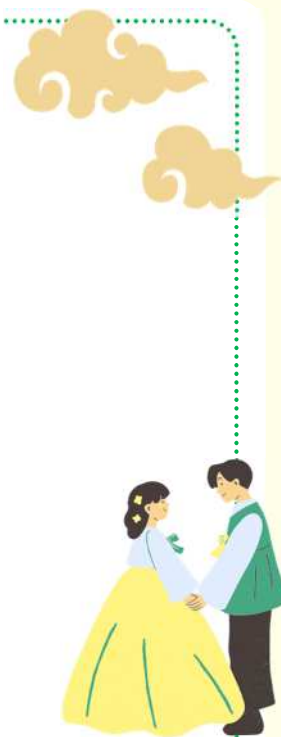
「ノンアルコールビール」
★アサヒゼロ

「ノンアルコールカクテル」
★梅サワー
★レモンサワー
★カシスオレンジ
★シャルドネスパークリング

ALL400円

詳細

参加費	無料
対象	市内在住の65歳以上の方 (料理経験の少ない方、大歓迎！)
定員	20名(抽選)
持ち物	室内シューズ、エプロン、三角巾 手拭き用タオル、飲み物、マスク



お申込みは 6月12日(金) までに、

・市ウェブサイト内専用フォーム(右記二次元コード) または

・各務原市役所 健康づくり推進課 健康づくり係へ電話 **058-383-7258**

