



モーニング
を作ります

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

～喫茶ぷちふれ～

6 / 2 8 土
(10時～12時)



教室概要

今回のテーマは「フレイル予防の朝食」

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 フレイル予防と朝食のお話
 - 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！

献立



- ・ ロールサンド 3 種
 - ・ ブロッコリーとツナのサラダ
 - ・ フルーツヨーグルト
- (お茶菓子の試食付き)

* 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

ドリンク

★オリジナルフレンド コーヒー (ホット)

～濃とした しなやかさ～ (浅煎り)

～東海学院の限りなき夢～ (中煎り)



★オリジナルフレーバークリーントー 4種

(春風・夏風・秋風・星の入り香)

★オリジナル和紅茶 2種

岐阜花和紅茶 (爽の香)

岐阜花和紅茶 (甘の香)



ALL300円

詳細

参加費

無料

対象

市内在住の65歳以上で、料理経験の少ない方

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5日 (木) 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 健康長寿係へ電話 TEL : 058-383-7258

お申込みは

こちら

