

回 覧

みなさんで回覧してください。  
回覧は止めずに直ぐに回してください。



# いわき市からの お知らせ

いわき市民憲章  
わたくしたち いわき市民は  
1 元気で働き、豊かなまちをつくりましょう。  
1 互いに助け合い、明るいまちをつくりましょう。  
1 きまわりを守り、住みよいまちをつくりましょう。  
1 教養を高め、文化のまちをつくりましょう。  
1 自然を愛し、緑のまちをつくりましょう。

## さきがけ！男の料理塾 受講生募集

低栄養のリスクの高い高齢男性を対象とし、食と栄養、健康に関する講義と実習を通して、健康的でバランスの良い食習慣を身につけることや、楽しみながら自分で料理ができるようになること、さらには同年代の仲間との交流による、新たなつながりづくりを目的とした「さきがけ！男の料理塾」第2コースを9月より開講します。料理の経験が無くても大丈夫！ぜひお申込みください。

【対 象】 市内在住の65歳以上の男性（受講経験のない方）

【日 時】 令和6年 9月18日～11月6日の水曜日（全8回）  
午前10時～13時30分まで（10月30日(水)は正午まで）

【会 場】 総合保健福祉センター3階 栄養指導室（内郷高坂町四方木田191）

【費 用】 1回500円（食材費のみ）とし、初回に3,000円（6回分）  
をお預かりします。  
※10月30日(水)は調理無し、11月6日(水)は別途費用がかかります。

【定 員】 12名（先着順）

【持ち物】 エプロン、三角巾（バンダナ）、手拭きタオル、筆記用具

【申込み方法】 令和6年8月19日(月)から地域包括ケア推進課（27-8575）へ  
電話で申込み

地域包括ケア推進課 事業推進係 TEL：27-8575

令和 6年 8月 10日発行

