

健康寿命を延ばそう！ ～体が喜ぶ食事～

いくつになっても若々しく、はつらつとしていたい！いくつになっても旅行や食事を楽しみたい！誰もが願うことです。しかしながら、何らかの疾病等で要支援・要介護の状態になってしまうと自分の意思による行動が制限されてしまいます。元気の秘訣は、「食べる」と「動く」こと。いくつになっても食べたもので体が作られ、動くことで体が強くなります。生涯笑顔で生活できるような基本の食事を勉強してみませんか？

日時 2020年 12月22日(火) 13:30～15:30
 場所 愛媛県在宅介護研修センター(松山市末町甲9-1)
 定員 20名 [応募者多数の場合は抽選にて受講者を決定いたします。]
 対象 愛媛県民一般(介護職等専門職の方も受講できます。)
 実費 無料(駐車場を利用される方は、駐車料金[1講座300円]が必要です。)
 講師 管理栄養士 **松本 孝子 先生**
 申込方法 電話・FAX・ホームページから
 申込締切 2020年12月1日(火) 午前9時まで受付



* 申込み状況により、受付締切日以降でも受講可能な場合があります。受付状況につきましては、当センターへお問い合わせいただくか、またはホームページでご確認ください。



“みんなで学ぼう介護のいろは”

＜お問い合わせ先＞
愛媛県在宅介護研修センター
 (愛称: **愛ケア**)

TEL: 089-914-0721 FAX: 089-914-0732

(ホームページ) <https://ehime-zaitakukaigo.com/>

- ◆ 有料駐車場有 (36台)
- ◆ 公共交通機関ご利用の際は…
 - 伊予鉄道バス 52番線「湯山」「湯の山ニュータウン」行きのりば [JR松山駅では③ / 伊予鉄松山市駅では⑦]
 - 停車駅 「食場」バス停 (バス停より徒歩 約3分)

【当センターの周辺図】



受講申込票

申込年月日 年 月 日

受講希望の講座名	健康寿命を延ばそう！ ～体が喜ぶ食事～	受講日	2020.12.22(火)
ふりがな		事業所名	
氏名		団体名	
		職業	
受講票送付先	(自宅・事業所) ※どちらかに○をつけてください	電話番号	
送付先住所	〒		

☆以前に愛媛県在宅介護研修センターで研修を受講したことがありますか？ (はい・いいえ)

- * 同一事業所から多数お申し込みの場合、申込票1枚につき2名以内のご記入をお願いいたします。
- * 講座受付終了後抽選し、当選された方(受講いただける方)には2週間以内に受講票を郵送いたしますが、受講の可否をお知りになりたい方は、直接当センターまでお問い合わせ下さい。
- * 受講申込票にご記入いただいた個人情報は、当センターが責任を持って管理いたします。