

平成27年9月

平成27年度 第4回チャレンジ（在職者交流会）のご案内

朝晩は肌寒さも感じる季節となりましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。前回のチャレンジでは、ストレス対処法について学びました。参加された皆さんは日々の生活で実践されていますでしょうか。また、研修会後の懇親会では、皆さん和気藹々ととても楽しんでおられました。今回のチャレンジでは、島根大学医学部附属病院より講師をお招きし、栄養バランスについての講義と調理実習をしていただきます。皆さんぜひご参加下さい。

出雲障がい者就業・生活支援センター リーフ

所長 高木 加津枝

## 第4回 チャレンジ

【期 日】 平成 27年 10月 18日（日）

【場 所】 今市コミュニティーセンター ※裏面に地図があります。

【内 容】 講義『体調管理に必要な栄養バランス』

調理実習『誰でも作れる簡単な料理』

【講 師】 島根大学医学部附属病院 栄養士 藤井晴美 氏

【日 程】

10:00	～	10:30	しゅうごう うけつけ 集合、受付
10:30	～	12:30	かいかい こうぎ ちょうりじっしゅう 開会、講義、調理実習
12:30	～	13:30	しょくじ しつぎおうとうとう 食事、質疑応答等
13:30	～	14:30	かたづ 片付け
14:30	～		へいかい かいさん 閉会、解散

【その他】 ・参加費（材料費）として、1人500円程度を当日に徴収します。  
・参加者は必ずエプロンを持参してください。

〈お問い合わせ、申し込み先〉

社会福祉法人 親和会 出雲障がい者就業・生活支援センター リーフ 担当 安田

Tel (0853) 27-9001 携帯 090-8718-1712 FAX (0853) 27-9011

E-mail futaba-leaf@ceres.ocn.ne.jp

# けんしゅうかいじょう **研修会場のご案内** あんない

いまいち いずもしいまいちちよう  
今市コミュニティーセンター(出雲市今市町1578-2)



けんしゅうかいじょう ちゆうしゃじょう  
**※研修会場に駐車場があります。**