



令和6年度福祉・家事援助サービス事業

生活支援サービス研修（調理） 第1回

「生活支援サービスのご利用者」に必要な食事をつくるための基本を学ぶ研修です。
限られた時間の中で利用者に満足を得ていただくための、調理のテクニックや工夫点、高齢者が陥りやすい問題点などについて学びましょう。

特に今回は昨今の夏の暑さを乗り越えるために、必要な栄養とは何かを学びます。
効果的に得るヒントがいっぱいの献立を実習します。

どこの家庭にもある材料を使い、限られた時間で調理するテクニックも身につけます。
サービスの提供者として楽しみながら、利用者に喜ばれる食事を一緒に学びましょう。



◆日程・会場・定員 下記表のとおり ※会場案内は裏面 ◆受講費用 無料

◆受講対象 都内シルバー人材センター会員
(生活支援サービス事業に従事、またはこれから従事する会員、その他興味のある会員)
※未登録の方はお住いの地域のシルバー人材センターへご相談ください。

◆募集締切 6月17日(月)まで ※〈先着順〉※
定員になり次第締め切らせていただきます。

◆申込方法 所属のシルバー人材センターへお申し込み
各シルバー人材センターでお取りまとめの上、
「東京都シルバー人材センター連合HP」からお申込みください。



実施日	時間	研修内容	研修時間	講師	研修会場
令和6年 6月26日 (水)	10:00	受付 (受付手続き後、身支度など)		管理栄養士 前田量子氏 他1名	(公社)新宿区 シルバー人材 センター 4階 調理室 新宿区新宿 7-3-29 新宿ここから広場 しごと棟
	10:30 ~ 12:30	調理実習 (概要・説明・準備を含む)	2.0		
	12:30 ~ 13:30	実食 (休憩含む) 後片付け	1.0		
	13:30 ~ 15:30	講義 夏を乗り切る免疫力や体 力を付ける！ 効果的な献立とは。 (質疑応答含む) まとめ	2.0		
	◆定員 : 15名		5.0		



お問い合わせ
(公財)東京しごと財団 総合支援部 シルバー人材センター課 シルバー事業係
(03-5211-2314)

新宿区シルバー人材センター 会場地図

〒160-0022

新宿区新宿7-3-29

新宿ここ・から広場 しごと棟4階 調理室

最寄駅：

- ・都営大江戸線、東京メトロ副都心線「東新宿」から徒歩7分
- ・JR「新大久保」駅から徒歩16分
- ・都営バス宿74、橋63、飯62
「新宿ここ・から広場前」バス停徒歩1分



財団の動画も
見てね！

