

シルバー人材センターのお仕事を学んでみませんか？

プロが作る 「作り置き」

受講料
無料

～栄養たっぷりの作り置きおかずを作ってみよう～

当日 入会仮登録
手続きが出来ます。

同時開催！
シルバー人材センターの
紹介と入会説明(仮登録)

- シルバー人材センターの魅力紹介
- シルバー人材センターの理念
- シルバー人材センターのご案内

入会希望の方は現住所のわかる身分証明書
(運転免許証・保険証等)と年会費2,000円を
ご準備して来場願います。
入会手続きとして会員証用の
顔写真撮影があります。

※写真はイメージです。当日のレシピとは異なります。

令和6年9月24日(火) 10時半～15時(受付10:15～)

講習内容

①「調理セミナー」

講師：管理栄養士 吉野 愛

シルバー人材センター入会後の調理のお仕事や日々の暮らに役立つ調理実習と座学です。プロが作る作り置きおかずが学べます。

ご試食
頂けます！

②シルバー人材センターの紹介と入会説明(仮登録)

説明：公益社団法人 杉並区シルバー人材センター職員

シルバー人材センターの概要紹介と入会のための説明。当日入会の仮登録手続きができます。



講師 吉野 愛氏(管理栄養士)

食育インストラクター・フードスタイリストでもあり、江上料理学院専属管理栄養士を経て、現在はフリーで活動中。大手企業・パーソナルジムなどと共同でメニュー開発や、TV・雑誌での栄養コメント、コラムの執筆などを行っている。栄養バランスだけでなく、見た目も美しい料理と、2児の母としての目線もいかして、幅広い活動を行っている。

「会員になると

自分のペースで
働けて生きがい、
社会参加ができる

友人・仲間づくりが
できる



健康の維持・
増進ができる



収入が得られる
楽しみがある



会場 高井戸地域区民センター料理室
(高井戸駅 徒歩約3分)【裏面地図参照】

対象 杉並区在住の60歳以上(令和7年3月31日時点)でシルバー人材センター未入会の方で、会員となって就業する意欲のある方。

定員 20名(事前電話予約制・先着順)

8/23(金)
9:00 申込開始

申込み 下記にお電話又は裏面のFAX申込書でお申込みいただけます。
☎03-5211-2571 (FAX03-5211-0807)

【受付】(公財)東京しごと財団シルバー講習担当係 平日(土日祝祭日除く)9:00～17:00お電話にて、講習名・住所・氏名・年齢・電話番号をお伝えください。

シルバー人材センター「入会」と「お仕事」のお問合せ

詳しくは下記をご参照頂くか、杉並区シルバー人材センター(03-3317-9091)にお電話でお問い合わせ下さい。

<https://webc.sjc.ne.jp/suginami/index>
(公益社団法人 杉並区シルバー人材センター ホームページ)



シルバー人材センターには
子育て世帯などの支援を目的とした、
料理を含む「家事援助サービス」の
お仕事があります！

9月24日(火)「調理セミナー」(杉並区) 受講申込書

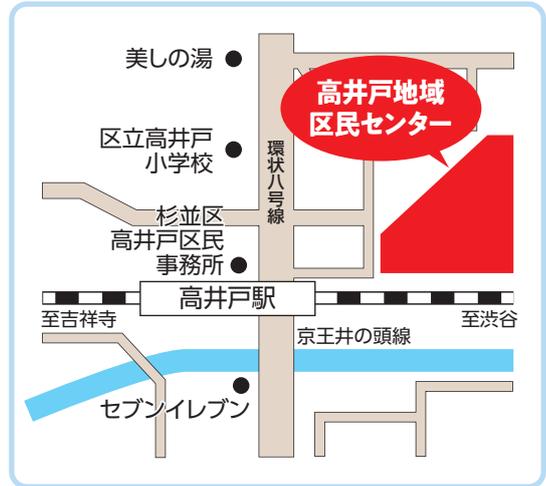
公益財団法人東京しごと財団(東京都シルバー人材センター連合)シルバー講習担当係

【FAX:03-5211-0807】

申込年月日	令和 年 月 日	FAXでお申し込みの場合、記載内容が読み取れない場合がございますので、お手数ですが送信後お電話をお願いいたします。 なお、送り間違いにはくれぐれもお気をつけください。	
住所 (区市町村のみ)	区 市 町 村		
氏名(カタカナ)			
年齢	年齢(令和7年3月31日時点で)は、60歳以上ですか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
電話番号 (日中つながる番号)	— —		
食物アレルギー について	食物アレルギーはございますでしょうか? ない ・ ある (食品名)		
入会について	シルバー人材センター会員となり就業する意欲(検討中含む)はありますか? ある ・ ない (あるの方は下のどれかに○印を付けてください)		
入会の時期について	1. 早急に入会を考えている	2. 3ヶ月以内に入会を考えている	3. いずれ入会を考えている

個人情報の取り扱いについて	ご提供いただいた個人情報は、お住まい地域のシルバー人材センターと共有して講習の受付、緊急時の連絡、シルバー人材センター入会案内及び高齢者活動人材確保育成事業に関する場合にのみ使用いたします。詳しくは、東京都シルバー人材センター連合のプライバシーポリシーをご参照下さい。※上記の取り扱いに関してご同意いただけましたらチェックをお願いします。	<input type="checkbox"/> 同意する	<input type="checkbox"/> 同意しない
---------------	---	-------------------------------	--------------------------------

※災害等のやむを得ない事情によって実施内容が変更・中止となる場合があります。なお中止の際は(公財)東京しごと財団(東京都シルバー人材センター連合)ホームページの講習案内でお知らせいたします。
 ※本講習は働き方の選択の一つとしてシルバー人材センターを知っていただくための講習です。お仕事の紹介、シルバー人材センターへの入会、入会後の就業を保証するものではありません。
 ※本講習は雇用保険求職活動実績の対象外です。出席証明書等の発行は致しておりません。



東京都シルバー人材センター連合



<https://www.tokyosilver.jp/>