

平成30年度

いきいきライフセミナー

参加費：無料

食べることが これからの身体をつくる



なぜ、食事をとるのでしょうか。考えたこともなかった、お腹がすくから、今さら・・・など改めて考えてみませんか。その理由や食事の効果、また年代に応じた食事の方法などプロの視点でお話しさせていただきます。

効果的な食べ合わせやその調理方法、逆に効果のない食べ合わせや誤った食べ合わせもあります。良いと誤解していることがあるかもしれません。

ご自身やご家族のこれからの身体づくりを食事という視点で、食べることから旬のもの・今話題の食べ物まで注目してみましょう。

とき：平成31年2月5日(火)

14:00~16:00(受付13:00~)

講師：京都医療センター 臨床栄養科

にしだ ひろき
栄養管理室長 西田 博樹 氏

場所：ひとまち交流館 京都 2階 大会議室

〒600-8127 京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83-1(河原町通五条下る東側)

定員：100名(先着順)

対象：京都市内在住・在勤のテーマに関心がある方はどなたでも受講いただけます。

申込：裏面の申込用紙に必要事項をご記入のうえ、ファックス(075-354-8808)を送付してください。お電話(075-354-8772)でもかまいません。

または「京(みやこ)・福祉の研修情報ネット」ホームページ([みやこけんしゅう](#) 検索)より、いずれも開催日前日までにお申込みください。決定通知はいたしません。

定員を超え参加いただけない場合は、ご連絡をさしあげます。

【暴風警報・特別警報発令時の対応について】

本セミナー開催当日の午前7時現在で、京都市に暴風警報、特別警報が発令された場合は、セミナーを中止いたします。

お申込みの皆様には、気象情報をご確認いただきますよう、お願いいたします。

ご不明な点がある場合は、当日9時以降にお問合せください。

いきいきライフセミナー 申込用紙 (2月)



| | | | |
|--|-----------|--------------|------------------|
| ふりがな 氏名 | | | |
| 性別 (女性 ・ 男性) | 年代 () 歳代 | | |
| 連絡先 | 電話 | 自宅 ・ 携帯 ・ 職場 | (いづれかに○をつけてください) |
| | ファックス | | |
| お住まいの行政区 | 京都市 () 区 | | |
| <u>専門職の方のみ</u> 事業所名 その行政区 | 事業所名 | | |
| | 行政区 | | |
| 受講の際に、配慮が必要な方はその旨をご記入ください。 | | | |
| お聞きになりたいこと、気になっていること、不安に思っていること。ご自由にお書きください。 | | | |



アクセス

【バス】
市バス 4, 17, 205 号系統「河原町正面」下車

【電車】
京阪電車「清水五条」下車 徒歩 8 分
地下鉄烏丸線「五条」下車 徒歩 10 分

【車】
立体駐車場 最初の 1 時間 410 円、以後 30 分ごとに 200 円

お問い合わせ・お申込み先

社会福祉法人 京都市社会福祉協議会
社会福祉研修・介護実習普及センター
〒600-8127

京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83 番地の 1
(河原町五条下る東側) ひと・まち交流館 京都

電話 075-354-8772
FAX 075-354-8808
E-mail kaigo@kcsw.jp
研修情報 HP ホームページ

<http://www.miyako-kenshu-net.jp/>

京・福祉の研修情報ネット みやこけんしゅう より

