

報道機関各位

「あい愛ネット小倉北」勉強会（市民・事業者向け講座）

# 「高齢者がおいしく食べるコツ」 を開催します！！

小倉北区すこやかライフ推進協議会の「あい愛ネット小倉北」では、高齢者が安心して地域で在宅生活を続けていくために、高齢者福祉に関する様々な情報の提供等を行う勉強会を行っております。

今回のテーマは、高齢者がおいしく食べるコツです。

高齢のご家族がいる方や、高齢者の支援をしている方々にもお勧めの内容です。ぜひ、広く市民のみなさまへの広報をお願いいたします。

【日時】 令和5年9月21日（木） 18:30～19:30

【会場】 男女共同参画センター・ムーブ

5階 大セミナールーム（小倉北区大手町11-4）

※ 西鉄バス「ソレイユホール・ムーブ前」すぐ

※ 駐車場（有料）あり

【講師】 在宅栄養専門管理栄養士 岡田 圭子 氏

※ 申込等については  
添付のチラシをご参照ください

【お問合せ】

「あい愛ネット小倉北」事務局（小倉北区役所 保健福祉課）

電話 093-582-3440（担当：西・廣重）



# 高齢者がおいしく食べるコツ

いつまでも元気で暮らすためには、毎日の食事が大切です。それはわかっているけど…高齢になってくると食べにくいものがあったり、調理がしづらくなったりして、ついつい手軽に食べられる物に偏りがち…  
だけどそれでは、必要な栄養が足りていないかも??  
そこで、高齢者の食事のポイント、噛みやすくする調理方法や進んでとりたい栄養素・食材について学んでみませんか。  
高齢のご家族がいる方や、高齢者の支援をしている方々にもお勧めです。



**【日時】** 令和5年9月21日（木） 18:30~19:30

**【会場】** 男女共同参画センター・ムーブ  
5階 大セミナールーム（小倉北区大手町11-4）  
※ 西鉄バス「ソレイユホール・ムーブ前」すぐ  
※ 駐車場（有料）あり

**【講師】** 在宅栄養専門管理栄養士 岡田 圭子 氏

◇ 申込締切 令和5年9月19日（火）  
（締切後のお申込についてはお問い合わせください）

◇ 申込方法 電子申請 または FAXで申込  
（詳しくは裏面をご覧ください。）

◇ 定員 100名（応募者多数の場合は抽選）  
⇒抽選漏れの方のみ、事務局から連絡します。



**【お問合せ】** 小倉北区役所保健福祉課 「あい愛ネット小倉北」事務局  
電話 093-582-3440（平日 8:30~17:15）

