



## おサカナ料理同好会

介護をしていると、  
自分はずいつい後回し。  
食えること、寝ること、  
そして楽しむこと。  
そんな在宅介護を続ける  
男性介護者を  
対象に、よく知っている食材を使った  
料理教室を開催します。  
旬のサカナの三枚おろし等、  
初心者の方でも調理技術が身につく、  
簡単で美味しい  
料理のレパートリーが広がります。  
調理後は会食しながら  
楽しいひと時を過ごしましょう。

**Best wishes,**



日時： 平成28年6月2日～10月（月1回全6回） \*詳細は裏面をごらん下さい  
場所： 広島市三篠公民館 調理実習室  
広島市西区打越町10番23号 tel 082-237-3077  
連絡先： 特別養護老人ホーム 三滝苑 tel 082-237-8811  
広島市在宅生活継続支援事業 相談支援員 西山美雪  
対象者： 在宅で家族を介護する男性介護者  
持参物： エプロン  
参加費： 材料費 500円

広島市在宅生活継続支援事業 家族介護者教室