



認知症にやさしい地域づくりを目指す

## 脳に良い料理講座シリーズ第4回・料理編

# 野菜を使った簡単ランチ！



口腔ケアと新型インフルエンザなど感染症を防ぐためのお話を聞いて、免疫力をつける野菜を使ったお料理づくりを楽しみましょう

日 時 : 2009年11月24日(火)

10:00~14:00

会 場 : 石神井公園区民交流センター(2階 料理実習室)

西武池袋線「石神井公園」駅北口 徒歩1分

講 師 : お話 竹村 恵子 富士見台特別養護老人ホーム  
看護係長

実 習 苗木 久子 調理師「白い箱の会」会員

募集人数 : 20人 [要 申し込み (先着順)]

持 ち 物 : エプロン、三角巾、ふきん

参加費 : 500円 (材料、資料代)

### <申し込み・問合せ先>

「白い箱の会」事務局 TEL: FAX 3998-9006 松尾  
" 3976-7589 宇敷

主催: ボランティアグループ「白い箱の会」

練馬区福祉のまちづくりパートナーシップ区民活動支援事業 助成事業

申し込み書 ( FAX での申し込みは下記に記入の上ご利用下さい。 )

\*お名前

\*お電話

\*ご住所