



障がいのある方を対象とした生活講座

た

けんこうづく

しょくじ

「おいしく食べて健康作り～バランスのいい食事とは？～」



しょくいく たいけん 食育SATシステムを体験できます。



えいよう と しょくじないよう てきせいりょう し けんこうとき しょくせいかつ おく
栄養バランスの取れた食事内容や適正量を知り、健康的な食生活を送る
ための講座です。自分が選んだ実物大のフードモデルを使って食事の
えいようか しゅんじ はんてい しょくいく たいけんがたえいようきょうういく
栄養価を瞬時に判定する食育SATシステム(体験型栄養教育システム)を
たいくん じぶん しょくじ みなお と しょくじ たの
体験して、自分の食事を見直し、バランスの取れた食事を楽しめるよう

アドバイスをう受けられます。

かいさいにちじ
れいわねんリバースを文りづけよ。じ
開催日時 令和5年5月25日(木)14時から 15時30分
じ ぶん

ば 場 しょ 所 岐阜市民福祉活動センター 2階 かい 大会議室

た い し ょ う き ふ し ざ い じ ゆ う し ょ う か た
対 象 岐 阜 市 在 住 の 障 が い の 有 る 方
せん ち ゃく め い
先 着 20 名



申込フォーム



SATシステムを使って食事の栄養バランスを考える

次回保険医療の概要

も う し こ み ほ う ほ う れ い わ ね ん が つ に ち げ つ が つ に ち げ つ あ い だ
申込方法 令和5年4月10日(月)から5月15日(月)の間に

き ふ し しょうがいしゃせいかつしえん もうこ
岐阜市障害者生活支援センターへ、お申し込みください。
くるま とくはいりと ひつよう かた れんらく

※ 車いす等配慮が必要な方はご連絡ください。

※ 裏面にご記入の上 FAX か電話 または お問い合わせ

お問い合わせ用のURL <http://www.gishousi.jp/> へお進みください。

ご家族、支援者の方におかれましては、申込みの際に支援を必要とされる方へのご協力をよろしくお願ひいたします。



駐車場は建物東にあります。本郷ハイツの駐車場には絶対に止めないでください。

