



知恵袋バンク（人材登録制度）の活用報告

事業名（活動内容）	高齢者いきいき料理教室	主催	旭北公民館
日時	10月16日（水）10：00～13：00	場所	旭北公民館
講師（登録者）	ママの会りんごグループ	参加人数	13人
具体的な内容	高齢者向けの調理実習と栄養に関する講話を聞き、いつまでも元気で寝たきりにならない健康な高齢者になるための方法を学ぶ。		
事業（活動）の様子			
	<p>各グループに講師がつき、指導を受けながら調理を行った。</p>		
			
	<p>「ひじきとごぼうのハンバーグ」「きのこのマリネ」「かきたまスープ」「野菜ジュースのゼリー」などを作った。</p>		