



楽しく食べて  
楽しく学ぼう

# みんなの食堂 おいでえーる

since 2020



## 11月29日(金)

10時から13時30分

テーマ

### 「ランチで防ごう！

### 特殊詐欺被害」

#### 当日の予定

- ・ 特殊詐欺被害防止についての講話
- ・ 健康相談 (看護師)
- ・ 調理実習 (調理師)

弘前警察署の署員の方が詐欺被害の防ぎ方や詐欺手口、困ったときの対応などわかりやすく説明してくれます！「私は大丈夫！」と思わず、自分事で考えよう！

\*定員は20名とあります

## 11月30日(土)

10時から13時30分

テーマ

### 「いかにあしで毎日安全」

ご飯でイカのお寿司はー出ません！  
お昼ご飯はちりし寿しです！

#### 当日の予定

- ・ 「いかにあし」をクイズでまなぼう！
- ・ 楽しいお料理やお菓子作り

\*保護者の方も安全面の配慮にご協力ください

\*定員は30名とあります(子ども・親子)

## 12月の予定 27日(金) 28日(土)

### 持ち物 エプロン・三角巾 など

### 参加費 一般200円 (高校生以下、65歳以上は無料)

### 場所

### 千年交流センター 調理室・和室

(弘前市原ヶ平字5丁目1-13)

\*事情により内容が変更となる場合がございますのでご了承ください。\*記録・広報等に使用する写真を撮影していただきますのでご了承ください

### 「みんなの食堂」おいでえーる とは

「みんなの食堂」おいでえーる は、栄養バランスに優れた食事の提供、健康的な食生活の支援や孤食の防止、食文化の伝承等の地域における食育の推進を図るため、地域の子どもから高齢者まで幅広い世代の住民が食事を共にする「共食」の場を提供する活動です。「受け手から支え手へ 食育を通じての地域の活性化・地域共生社会の実現」を目標に地域の人たちが地域で活躍できる活動になればと思います。

令和6年度 弘前市市民参加型  
まちづくり1%システム支援事業  
補助金を活用しています。



ひろさきボランティアセンター

ひろさきボランティア  
センターHPにも掲載  
しています



みんなの食堂  
おいでえーる



LINE公式



ご予約



Instagram



わたしたちは、孤独・孤立対策に係る取組、又は活動への協力や支援をしております。

体調などに不安がある場合は、  
次回元気に参加しましょう！

皆様に安心して参加いただけるよう、必要に応じた感染対策のご協力をお願い致します。

中止・延期となった場合は、参加予約をされていた方には電話にてご連絡いたします。

### お問合せ 社会福祉法人千年会

住所 弘前市原ヶ平字山中39-1

電話 0172-87-4888

E-mail info@chitose-kai.or.jp 担当:井澤

ご確認した個人情報に関しては、同活動のみに使用し、同意なしに他に利用いたしません。また、個人情報の保管につきましても当法人「個人情報保護規程」に基づき適切な取扱いを致します。活動の写真撮影を行い、ホームページや報告資料等に使用する場合もございますので、ご同意の上で参加ください。