令和8年度

美味しく食べて長寿講座





かむことや飲み込むことが難しくなってきた方のために、家庭でできる飲み込みやすい食事作りのコツやバランスよく食べるコツ、お口のケアについて紹介します。家族介護をされているかたの情報交換の場としてもご活用ください。

バランスの良い配食弁当などの試食もあります



- 費用：当日、教材費（お弁当代）として**３００円**を配食事業者へ
- 時間：**１０時３０分～１３時頃**（試食時間込み）
- お申込み・お問い合わせ先：

  各申込期間中に前橋市　長寿包括ケア課まで　**ＴＥＬ　０２７-８９８-６１３３**

  または下記の二次元コードより Logo フォームにてお申し込みください。

	日にち	会場
第1回	**９月４日（金）**	K'BIX まえばし福祉会館 （子育て研修室） 前橋市日吉町２-１７-１０
申込期間：８月２８日まで		
第2回	**１０月９日（金）**	南橘公民館（会議室） 前橋市日輪寺町１５８
申込期間：１０月２日まで		
第3回	**１２月８日（火）**	K'BIX まえばし福祉会館 （社会適応訓練室） 前橋市日吉町２-１７-１０ ※子育て研修室から社会適応訓練室へ変更しました
申込期間：２月１日まで		
第4回	**１月２６日（火）**	東公民館（第１会議室） 前橋市箱田町５４３-１
申込期間：１月１９日まで		

※申込み多数の場合は先着順で締め切ることもあります。