

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

おいでえーる」について、地域のみなさん
のご意見を募集しています。
参加したことがない方の声も大歓迎です。



R8年度アンケート受付中

テーマ

「お祝いメニュー」

9月18日（金）

10時から13時30分

当日の予定

- ・栄養ミニ講話（管理栄養士）
- ・ミニ健康体操（理学療法士）
- ・調理実習（調理師）



*定員は20名となります

*健康体操は無理なくお家でもできる体操となっています。

テーマ

「あと70gやさいを食べよう
with カゴメ

9月19日（土）

10時から14時



当日の予定

カゴメ(株)の「やさい博士」も登場♪
「やさいを美味しくいただけるレシピの調理」
「やさい摂取レベルの測定」「やさいクイズ」
も行います♪

頑張った人にはお土産もあるかも！

*保護者の方も安全面の配慮にご協力ください

*定員は40名となります（子ども・親子）

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

（弘前市原ケ平字5丁目1-13）



ご予約



Instagram



みんなの食堂
おいでえーる



LINE公式

「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
かるため、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
れと思います。

ボランティア募集中！

初めてのボランティアの方も楽しく
活動してみませんか

ひろさきボランティアセンター
HPへ掲載中！



* 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の上ご参加ください

令和8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。



孤独・孤立 対策
官民連携プラットフォーム

お問合せ

社会福祉法人千年会

住 所 弘前市原ケ平字山中39-1

電 話 0172-87-4888

E-mail info@chitose-kai.or.jp

担当：井澤

社会福祉法人千年会
障害者支援施設
相談支援事業所

千年園
ちとせ



お預かり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がございいますので、ご同意の上ご参加ください。