



パティシエと一緒にお菓子を作ろう！

津うのお菓子屋さんから教えるスイーツ教室

問い合わせ 商業振興労政課 ☎229-3169 FAX229-3335

津市の和洋菓子の魅力を伝えるため、お菓子作り教室を開催します。お菓子の歴史・文化に触れながらプロのお菓子づくりを学んでみませんか。



	とき	内容 (講師店名)	費用 (材料費含む)
①	8月3日(火) 13時30分～ 17時	エクレールショコラと なめらかプリン (洋菓子タカクワ)	1,500円/人
②	8月6日(金) 14時～16時	パンケーキ～ネイキッド ドケーキ仕立て～ (パティスリー ラ・パ ルム・ドール)	800円/人
③	8月17日(火) 14時～16時	ぷるりん桃ゼリーと琥 珀糖 (和・洋菓子 岡田屋)	850円/人

ところ 中央公民館調理実習室

対象 小中学生と保護者(保護者1人につき子ども1人)

定員 抽選各6組

申し込み 津市ホームページから、またははがきで住所、氏名、年齢、電話番号、参加希望回を商業振興労政課(〒514-8611 住所不要)へ



専用申し込みフォーム

締め切り 7月9日(金)必着



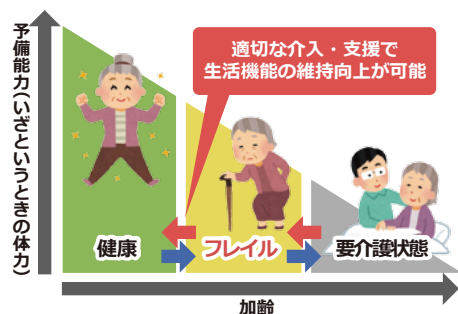
フレイルが気になる人へ

栄養パトロール事業を実施中！

問い合わせ 保険医療助成課 ☎229-3317 FAX229-5001 中央保健センター ☎229-3164 FAX229-3287

フレイルとは、年齢を重ねるに従って、体や心の働きが弱くなった状態のことをいいます。この状態が長く続くと、要介護状態に進行していきませんが、適切な対策を取れば健康な状態に戻すことができます。

津市では、高齢者のフレイルを予防・改善するために保健師・歯科衛生士・管理栄養士などがフレイルチェックや健康相談に応じる栄養パトロール事業を行っています。フレイルチェックで自分の状態を把握し、適切な対策を取って健康寿命を延ばしましょう。



気になる人は

フレイルチェックを受けましょう

▶こんな症状はありませんか？

- 食欲が低下した
- 人と話す機会がかなり減った
- むせることが増えた
- 外出がおっくうになった
- 転びやすくなった
- 物忘れが多くなった
- 趣味が楽しめなくなった など

▶どこで受けられるの？

サロンなど地域の高齢者が集まる場や、健康診断の結果に応じてご自宅を訪問します。訪問を希望する人はお問い合わせください。

▶どんなことをするの？

身体測定、握力測定、アンケートへの回答を通してフレイルの進行具合をチェックします。その結果から一人一人に合わせたフレイル予防や改善方法について一緒に考えます。



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、広報津に掲載のイベント等は中止または延期の可能性があり。参加される場合は各問い合わせ先へ確認をお願いします。

また、イベント会場では手指消毒、マスク着用、検温、連絡先の確認などにご協力ください。