



お願い

就業報告書の速やかな提出をお願いいたします。

事務局より

加須市シルバー人材センター 第6回 ボランティア清掃開催!

日時 平成31年3月9日(土)

午前8時～9時30分

雨天中止

出欠について 3月8日(金)までに
各事務所へご連絡ください

活動場所 【加須地域】花崎北公園・不動岡公園
※花崎北公園は駐車場が大変少ないため、自転車や徒歩でお越しください。
不動岡公園は十分な駐車場があります。

【騎西地域】玉敷公園・けやき公園

【大利根地域】大利根運動公園

【北川辺地域】旧川ふるさと公園

活動内容 公園清掃(落ち葉拾い・ゴミ拾い)

シルバーの道具は数に限りがありますので、クマデ・竹ホウキなどの道具は各自ご用意ください。(※ゴミ袋はシルバーで用意します)



福祉・家事援助委員会主催 第2回

かんたん料理教室

日時 平成31年4月16日(火)

午前10時～12時

場所 シルバーサロン調理室

参加費 500円(材料費)

定員 10名

持ち物 エプロン・マスク・三角巾

申込 本部事務所までご連絡下さい

(先着順・3/29 受付締切)

健康づくりサポーター監修
いろいろな食品を食べられる献立
「フレイル」を予防しよう!

・タラコとコマのふりかけ風
(レンジ調理5分)
・きのこの味噌汁
・じゃが芋とバラ肉の炒め物
・鶏肉の紅茶煮
・シラス入りわかめご飯

献立

