

# フォレストデイサービス

管理栄養士さんの

## クッキングセラピー

開催中！！

### ☆ 次回開催予定

① 11月2日(火) 10:30

② 11月9日(火) 13:30

③ 11月17日(水) 10:30

①・③茶碗蒸し ②リンゴのケーキ

※行事等で日時や内容が変更になるときがあります。

クッキングセラピーとは、食材を調理することで五感を刺激し、脳を活性化、精神を安定させる効果があります。また、食を通して人と人との繋がりを作り、心を豊かにする効果があります



### ☆概要

- ・毎月第1火曜日、第2火曜日、第3水曜日に開催予定です
- ・参加費無料 自由参加
- ・運動機能、認知機能問わずどなたでも参加頂けます
- ・会話を楽しみながら、食材に触れ、簡単な調理や作業工程の見学をしていただきます

### 感染対策

- ・スタッフはマスク、手袋着用、随時消毒を行います
- ・密にならないよう少人数で行います
- ・ご利用様は間隔を開け、手袋とマスクを着用し作業を行います

料理課 担当 管理栄養士 高橋 今泉 坂口