



蒲郡市妊婦から子育て期の家事支援事業※

# 子育てママ・パパ サポーター 育成セミナー

無料

あなたの積み重ねてきた  
経験を活かして  
お仕事をしませんか？

定員20名  
(定員超えた場合は抽選)  
対象  
蒲郡市内在住の  
60歳以上の女性

※蒲郡市妊婦から子育て期の家事支援事業とは・・・

妊婦から就学前の子を持つ親を家事支援(食事作りや買い物、清掃など)を  
通してサポートする事業です。1回あたり1時間もしくは2時間の就業となります

※事業に参加するためには、シルバー人材センターへの登録が必要です。

裏面の入会説明会(11/12)に参加をお願いします。



セミナー1日目の終了後はデリクへさんのお弁当を  
食べながら、情報交換の時間を予定しています。

令和6年

11月25日 月 9:30~12:00

場所：蒲郡市生きがいセンター

11月26日 火 9:30~11:30

申込：シルバー人材センター事務局  
まで電話(0533-69-0316)

原則として2日間の受講をお願いします

## 1日目-1部

11/25(月) [9:30~10:30]

### 食事作りと 衛生管理

食事作りの際に気を  
付ける具体的なポイ  
ントを学びます。



講師 蒲郡市民病院 管理栄養士  
外山 菜穂氏

## 1日目-2部

11/25(月) [10:30~11:30]

### やさしい調味料講座

実際に調味料を味見し、  
製造方法や添加物の話  
を聞きながら、選び方  
や日々の食事への取り  
入れ方を食育インス  
トクターから学びます。



講師 毎日食べたいお弁当とお惣菜販売  
Deli Küche(デリクへ)  
大西 景子氏

## 2日目

11/26(火) [9:30~11:30]

### プロが教える！ 時短掃除テクニック

人気セミナー講師であ  
りながら、現役の家事  
代行スタッフとしても  
活躍中の杉先生から、  
時短清掃のコツや個人  
宅での清掃作業の注意  
点を学びます。



講師 (株)ドットニュース  
清掃マイスター認定講師  
杉 千郷氏

お申込み  
お問い合わせ

主催

公益社団法人蒲郡市シルバー人材センター (蒲郡市神明町22-2)

TEL

0533-69-0316 (平日：9:00~17:00)

URL

<https://webc.sjc.ne.jp/gamagori>

