

家事援助や生活援助に就業中、  
家事の仕事に関心がある会員の皆さまへ情報をお届け!!

# エプロンだより

家事援助・育児支援サービス事業コーディネーター作成



風薫る爽やかな季節となりました。

今月号では調理研修のご案内をお届けします。人気の前田先生の講義を聞いて夏の疲れを癒しませんか？



**参加者募集!!**



Let's cook !

## 『調理研修』

申込方法等は裏面へ！

### 第1回 夏バテ&食中毒対策に！



● 開催日時：7月31日(金)10時から13時

● メニュー

主菜：豚肉とトマトの無水カレー煮込み

副菜：蒸し餃子と塩もみキュウリの塩昆布和え

デザート：さわやかラッシー



講師

管理栄養士・料理家 前田 量子 氏



講義内容

NHK『あさイチ』にて、「なぜ美味しくなるのか」を科学的に解説する「ロジカル調理」を披露している人気の料理研究家、シルバー人材センターの調理研修でもおなじみの前田先生をお迎えします！

実際に調理を行いながら、「基本的な調理のテクニック」や「効果的な段取り」、「食材の扱い方」を学びます。「味付け・衛生・時短」をキーポイントとし、日々の就業に役立つ内容はもちろん、これから家事援助サービスの調理のお仕事に挑戦したい方にもおすすめです。

慌てない 心にゆとり まず一步 / 足腰を 鍛えて健康 事故は無し

令和8年度新宿区安全就業標語



## 調理研修

人気の研修！

要チェック！



どんな人が  
対象なの？



- ・調理を仕事にしている方
- ・家事援助サービスの調理の仕事に挑戦したい方
- ・家事援助サービスの調理の仕事に興味を持っているが、まだ自信が無い方



### ☆申込期間：7月23日(木)まで

※第2回、第3回の申込日は近くなったらエプロンだよりでお知らせします！



- 日時：第1回：令和8年 7月31日(金) 10:00~13:00
- 場所：新宿区シルバー人材センター 4階 調理室
- 定員：9名
  - ・家事援助サービスの就業者を優先
  - ・応募多数の場合抽選
- 持ち物：エプロン・三角巾・筆記用具
- 申込・問い合わせ：3209-3181 (担当 阪本)



## ハウスクリーニングII

～東京しごと財団 主催～



家庭内の水回りを中心とした清掃方法や様々な洗剤や用具に関する基礎知識を学ぶ研修です。



- 日時(2日間)：9月8日(火)、9月9日(水)  
各10時~16時(休憩1時間含む)
- 場所：東京しごとセンター (千代田区飯田橋 3-20-3)
- 定員：25名
- 申込期間・問い合わせ：令和8年7月30日(木)まで  
3209-3181 (担当 植野)



## 「家事援助」勉強会

「普段やっている家事をお仕事にしたい方」  
はぜひご参加ください！



家事援助の仕事をするには？

### ①勉強会に参加

まずは家事援助の仕事についての説明を受けます

### ②就業先紹介

マッチングする就業先をコーディネーターからご紹介

### ③利用者との 顔合わせ

コーディネーターと一緒に就業先で利用者と顔合わせ

### ④就業スタート

センターと利用者が契約を結び、就業スタート！



- 日時：8月6日(木) 10時~11時30分 (その他日程もあり)
- 場所：新宿区シルバー人材センター 4階 調理室
- 定員：定員は設けません。皆様のご参加をお待ちしております！！
- 申込・問い合わせ：3209-3181 (担当 植野・阪本・舩谷)

慌てない 心にゆとり まず一步 / 足腰を 鍛えて健康 事故は無し

令和8年度新宿区安全就業標語