

食生活改善推進員養成講座に参加してみませんか

食生活改善推進員は、自分の家族をはじめ地域の皆さんの健康づくりを、食生活の面でサポートする活動をしています。食生活改善推進員を養成する講座の参加者を募集します。食生活改善推進員となり、地域で食を通じた健康づくり活動を、仲間と一緒に楽しく行ってみませんか。皆さんの申し込みをお待ちしています。

食生活改善推進員養成講座日程表(全6回)

日 時	内 容	持ち物など
【第1回】 9月21日(木) 午後1時～午後2時30分	▽開講式・オリエンテーション ▽基調講演「国民の健康状況と生活習慣病予防」 〔講師〕新海佳苗さん(あぐい南クリニック医師)	筆記用具
【第2回】 10月10日(火) 午前10時～午後3時	▽実習「生活習慣病予防の食事」 〔講師〕岡本和代さん(管理栄養士) ▽講義「身体活動と運動」 〔講師〕伊藤敦子さん(ハローフレンズイノア)	筆記用具 エプロン 三角巾 ふきん 動きやすい服装
【第3回】 11月14日(火) 午前10時～午後3時	▽実習「子育て世代のバランスの取れた食事」 〔講師〕岡本和代さん(管理栄養士) ▽講義「食育を学ぼう」 〔講師〕岡本和代さん(管理栄養士)	筆記用具 エプロン 三角巾 ふきん
【第4回】 12月12日(火) 午前10時～午後3時	▽実習「高齢者の低栄養を防ぐ食事」 〔講師〕岡本和代さん(管理栄養士) ▽講義「食品衛生と食環境保全」 〔講師〕御宿良和さん(半田保健所食品安全課)	筆記用具 エプロン 三角巾 ふきん
【第5回】 平成30年1月9日(火) 午前10時～午後3時	▽実習「単身者向けの簡単料理」 〔講師〕岡本和代さん(管理栄養士) ▽講義「食生活改善推進員と地区活動」 ～健康日本21をすすめよう～ 〔講師〕岡本和代さん(管理栄養士)	筆記用具 エプロン 三角巾 ふきん
【第6回】 平成30年2月8日(木) 午後1時30分～ 午後3時30分	▽閉講式「これからの健康づくりの課題」	筆記用具

- 会 場 保健センター(オアシスセンター内)
- 対 象 一般(男女関係なく応募できます)
- 定 員 36人(定員になり次第締め切ります)
- 受講料 1,200円程度(テキスト代)
- 応募期限 8月18日(金)
- 応募・問い合わせ先 健康介護課保健係 ☎(48) 1111 (内1520・1521)

