

秦野市 食生活改善推進員 養成講座

こんな方におすすめ！

- ✓食生活を見直したい
- ✓健康的な食事を学びたい
- ✓料理が好き、ボランティア活動に興味がある

会場 保健福祉センター

(秦野市緑町16-3)

費用 3200円

(テキスト代・調理実習費)

定員 15名

(秦野市在住の18歳以上の方)

スケジュール7日間

※調理実習の際は、マスクの着用をお願いします。
髪の長い方は結んで来てください。

1日目	9月2日(水) 9:30~12:00	開講式、子どもの食育など
2日目	9月14日(月) 9:30~12:00	成人~高齢期の食育、塩分測定など
3日目	10月6日(火) 9:30~13:30	食品衛生・食環境、調理実習など
4日目	10月29日(木) 9:30~12:00	献立作成、栄養価計算など
5日目	11月16日(月) 9:30~12:00	献立表作成、発注作業など
6日目	12月1日(火) 9:30~13:30	調理実習など
7日目	12月11日(金) 9:30~13:30	修了式、調理実習、交流会など

※食生活改善推進員についての詳細は裏面をご確認ください！

お申込み・お問合せ

秦野市役所健康づくり課

☎ 0463-82-9603

✉ kenkou@city.hadano.kanagawa.jp

電子申請は
こちら



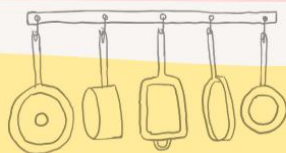


食の力で地域を元気に。

食改さんとして活動してみませんか？

食生活改善推進員って？

- ✓地域の方々に、調理実習を通して健康的な食生活を伝える活動を行っています。
- ✓学んで伝えていくことで、自分自身も心豊かに健康になったと嬉しい言葉をいただいています☆彡
- ✓定期的に食に関する勉強会や情報交換の機会があるため、常に新しい知識や情報を得ることができます。



講座で学べるポイント！



- ✓生活習慣病予防のための食事の知識が身につく。
- ✓自分が立てた献立の栄養価計算が出来るようになる。
- ✓実習を通して、バランスの良い食事が作れるようになる。



※講座の内容やスケジュール等は表面をご確認ください。