



諫早市

食生活改善推進員養成講座

場 所：健康福祉センター(宇都町29-1)
受 講 料：無料
応 募 条 件：市内在住で、講座終了後、
食改さんとして活動できる方



プログラム

	日時	内容
1	9/25 (木) 14:00~16:00	「食生活改善推進員と活動の紹介」 「生活習慣病と予防のポイントについて」
2	10/9 (木) 9:30~13:30	「健康づくりの取り組みと食育推進活動について知ろう」 「調理①：単身者(若い女性含)のバランスのとれた食事」
3	10/20 (月) 9:30~13:30	「健康の現状とバランスのとれた食事」 「調理②：ヘルシー献立にチャレンジ」
4	10/30 (木) 9:30~13:30	「学校を中心とした食育を学ぼう」 「地産地消について」 「調理③：高齢者の低栄養を防ぐ食事」
5	11/18 (火) 9:30~13:30	「身体活動・運動(理論と実技)」 「調理④：子育て世代のバランスのとれた食事」
6	12/1 (月) 9:30~12:30	「食品衛生について学ぼう」 閉校式

お申し込みをいただいた方へは、受講決定の可否について、募集締め切り後、通知いたします。
お問い合わせやお申し込みは・・・☎ 22-1500(代表) FAX 27-0717

諫早市食生活改善推進協議会事務局(諫早市健康推進課内)

令和7年度諫早市食生活改善推進員養成講座申込書

申込日 R7年 月 日

ふりがな	
氏 名	
生年月日	
住 所	
日中連絡可能な 電話番号	

※講座終了後食生活改善推進員として可能な範囲でボランティア活動を行ってまいります。

☐ 了承します。

スマートフォンからの申込みはこちらから!!



申込みフォーム