

諫早市 食生活改善 推進員養成講座



親子食育教室、小中学生への郷土料理教室

野菜の1日摂取量、糖分控えめ、減塩

生活習慣病予防のための伝達講習会

○養成講座終了後には、次年度より諫早市食生活改善推進員として、お住まいの地域で食を通した健康づくり活動をしていただきます。

1	9/30(木) 14:00~ 16:00	開講式 「食生活改善推進員と地区組織活動」 「生活習慣病の概要と予防のポイント」	講義
2	10/13(水) 9:30~ 13:30	「健康いさはや21Ⅲ」 「第四次諫早市食育推進計画」 「調理①」	講義 調理実習
3	10/29(金) 9:30~ 13:30	「健康の現状」 「バランスのとれた食事」 「調理②」	講義 調理実習
4	11/12(金) 9:30~ 13:30	「食品衛生」 「調理③」	講義 調理実習
5	11/24(水) 9:30~ 13:30	「身体活動・運動(理論と実技)」 「調理④」	講義 運動実習 調理実習
6	12/2(木) 9:30~ 12:30	「学校を中心とした食育」 「地産地消」 閉講式 修了証書授与	講義

【対象者】

全プログラム受講可能で、講座修了後食生活改善推進員としてボランティア活動できる市民

【開催場所】

小栗ふれあい会館

【募集締め切り】

令和3年8月31日(火)

※今年度は、少人数での開催を予定しております。

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。

新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、開催を中止する場合があります。

お問い合わせやお申込みは・・・☎27-0700 FAX27-0717

諫早市食生活改善推進協議会事務局（諫早市健康福祉センター内）

