

一緒に町民の健康を支える活動をしてみませんか？

受講生募集中

令和6年度食生活改善推進員養成講座開催

★食生活改善推進員とは？

食生活改善推進員は『私たちの健康は私たちの手で』を合言葉に、地域の「食を通じた健康づくり」ボランティア活動をしています。

この講座では、食生活を中心とした健康づくりについて学びます。

養成講座修了後には、学んだことを活かして地域のボランティア活動に参加してみませんか？



★西原町食生活改善推進員の活動紹介★

幼稚園での親子料理教室



高校生対象の料理教室



一人暮らしをする前に体に良い料理を学べて良かった！（参加者の声）

公民館で脳トシ・健口体操

脳トシはみんなでやると楽しい。定期的にやってほしい。（参加者の声）



- 【募集対象者】 ・町内在住者で、食生活や地域の健康づくり活動に関心のある方
・地域で「食生活改善推進員」としてボランティア活動のできる方

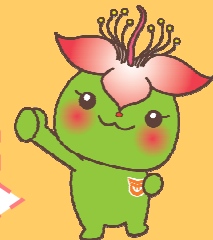
【日程】 令和6年7月5日(金)～令和6年10月18日(金)（全8回、月2回程度）

○受講が難しい日程がある際には、補講を受けて頂くことで養成講座を受講したとみなすことができます。

【時間】 午前10～12時（調理実習がある場合は13時まで）

【会場】 西原町役場内の施設

ご応募お待ちしております！
男性会員も募集中です！



【内容】 地域活動について、健康と運動(ストレッチ)、世代別の栄養、災害食実習など

【申し込み期間】 令和6年5月1日(水)～令和6年6月21日(金)

【申し込み・問い合わせ】 西原町役場 健康保険課 保健予防係 ☎098-911-9163

※食生活改善推進員養成講座について気になる点がございましたら、お気軽にご連絡ください。健康保険課窓口に直接伺っていただいてもよろしいです。よろしくお願い致します。