

食改さん養成講座の参加者募集

長島町では今年度、食生活改善推進員養成講座を開催するにあたり、参加者を募集します。

食生活改善推進員（食改さん）とは、地域の食に関する健康づくりを推進しているボランティア団体です。地域に向いて料理教室を開催したり、月に一度の定例会で健康に関する勉強会などを実施したりしています。

養成講座では、献立の立て方や調理実習、簡単な運動などを行います。募集要項は次のとおりです。



インフォメーション



問い合わせ先

役場町民保健課保健予防係
☎(86) 1157 「直通」

- 対象者 長島町に住民票のあるかた
- 定員 10人（先着順です）
- 年齢・性別 問いません
- 参加費 無料
- （調理実習時のみ300円徴収します）
- 応募方法 ①0996 (86) 1157 ②二次元コード
- 募集期限 9月17日（木）まで
- 日時・内容 下の日程表をご覧ください。



	日時	場所	内容
第1回	9月18日（金） 13：30～16：00	文化ホール2階（指江）	・開校式 ・国民の健康状態と生活習慣病予防
第2回	10月2日（金） 10：00～12：00	保健福祉センター（鷹巣）	・健康日本21、健康かごしま21 ・長島の現状、健康ながしま21
第3回	10月30日（金） 13：30～15：30	文化ホール2階（指江）	食育、食事バランスガイド、献立の立て方について
第4回	11月20日（金） 10：00～15：00	保健福祉センター（鷹巣）	・★調理実習（減塩の食事） ・食生活改善推進員と地区組織活動
第5回	12月18日（金） 13：00～16：10	文化ホール2階（指江）	・運動（理論と実技） ・口腔と8020運動推進員について
第6回	1月15日（金） 10：00～13：00	保健福祉センター（鷹巣）	★調理実習（こどもの食事）
第7回	2月5日（金） 13：30～15：30	文化ホール2階（指江）	食品衛生と食環境保全
第8回	2月19日（金） 10：00～13：00	保健福祉センター（鷹巣）	★調理実習（フレイル予防の食事）
第9回	3月12日（金） 10：00～11：30	保健福祉センター（鷹巣）	・食生活改善推進員と地区組織活動 ・閉校式