３０名
募集

食生活改善推進員 養成講習会

受講費
無料

食生活改善推進員会は、全国で活動しているボランティア団体です。地域で食生活を中心とした生活習慣の改善を目的に、**韮崎市では現在１３８名**が活動しています！養成講習会を受講し終了すると**一緒に活動**できるようになります。ぜひ、みなさんも一緒に活動しませんか？

受　講　対　象　者

＊韮崎市内在住の方（性別不問）
＊食を通じたボランティア活動に興味がある方
＊令和６年度から食生活改善推進員として活動できる方

講　　師

＊中北保健所 健康支援課・衛生課
＊韮崎市役所 保健師・管理栄養士
＊韮崎市食生活改善推進員会

申　し　込　み　方　法

＊各地区の食生活改善推進員へ連絡 もしくは
　韮崎市健康づくり課(韮崎市保健福祉センター内)
　窓口または電話 ☎０５５１-２３-４３１０
　（受付時間：８時３０分～１７時１５分）
＊申し込み締め切り日　**８月１６日（水）まで**

「ヘルスメイト」
「食改さん」
「食改推」などと
呼ばれています

講 習 会 日 程（日程は、変更することがありますので、ご承知おきください）

既定の時間（２０時間）を修了する必要があります。お申し込み後、９月上旬頃、郵送にて詳細をお知らせいたします。ご都合で出席できない場合は、ご相談ください。

日　時		場　所	内　容
９月２１日(木)	13:30 ～ 15:40	韮崎市 保健福祉センター	・開講式・オリエンテーション ・食生活改善推進員について知ろう
１０月１６日(月)	13:30 ～ 16:10	韮崎市 保健福祉センター	・韮崎市の健康状況について ・健康的な食生活のポイント
１１月２１日(火)	9:30 ～ 15:40	韮崎市 保健福祉センター	・調理実習　・試食（持ち帰り可能） ・山梨県の健康状況について ・食品表示を見てみよう
１２月１１日(月)	13:30 ～ 16:10	韮崎市 保健福祉センター	・食品衛生について ・成分表を使ってみよう
１月２５日(木)	9:30 ～ 15:40	韮崎市 保健福祉センター	・調理実習　・試食（持ち帰り可能） ・対象別食育について ・こころとからだの健康づくり～運動の実践～
２月２１日(水)	13:30 ～ 15:15	韮崎市 保健福祉センター	・食育活動の推進 ・終了式

～　韮崎市食生活改善推進員の活動　～

会員全員で分担しながら、様々な活動を行っています。

調　理　実　習

会員の調理スキルアップを目的に、「カルシウム」「減塩」などのテーマに沿った調理実習を開催しています。健康で美味しい料理を学びます！

市・地区主催行事への協力

市のウォーキング教室や地区の運動会などへの協力も行っています。料理の提供・ミニ講座・塩分濃度調査など様々な活動を行います。

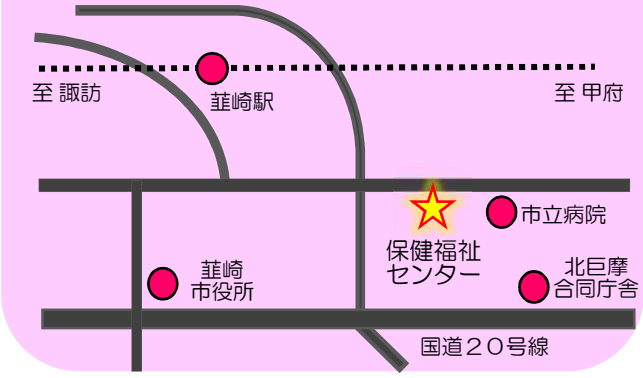
研　修　会

県や市内で開催される研修会にも参加できます。昨年度は、「食品ロス」や「防災」について研修する機会がありました。

食育講座の開催

市内の高校生や親子、シニア世代など様々な年代を対象とした食育講座を保健福祉センターや公民館等で開催しています。

保健福祉センター案内図



【お問い合わせ】

韮崎市健康づくり課（保健福祉センター内）

☎0551-23-4310

〒407-0024　韮崎市本町三丁目６番３号