

受講生募集！

私たちの健康は私たちの手で

# R8食生活改善推進員 養成講座



小美玉市の健康を支えるボランティア  
食生活改善推進員(食育アドバイザー)目指してみませんか？

食と健康に  
興味のある方！

家族の健康を  
守りたい方！

料理が  
好きな方！

ボランティア活動に  
興味のある方！

食生活改善推進員（食育アドバイザー）は、食を通じた健康づくりのボランティア団体です。食育教室や料理教室を行ったり食生活の相談にのってくれる身近な存在として活躍しています。

- ◆内容 健康や食生活に関する講話、調理実習 等  
（講師予定：医師・歯科医師・管理栄養士）
- ◆対象 小美玉市在住の方
- ◆受講料 無料
- ◆申込み 8/24（月）～9/25（金）  
web申込、もしくは下記問い合わせ先までお申し込みください。

日 時			会 場
第1回	10月 6日（火）	13：30～15：30	四季健幸館 浅美運輸Spa
第2回	10月15日（木）	9：30～15：30	小川保健相談センター
第3回	10月27日（火）	9：30～15：30	四季健幸館 浅美運輸Spa
第4回	11月18日（水）	9：30～15：30	玉里保健福祉センター
第5回	11月25日（水）	13：30～15：30	四季健幸館 浅美運輸Spa



🌸 食改事務局

小美玉市 健康増進課  
（四季健幸館 浅美運輸Spa内）

TEL 0299-48-0221

web申込はこちらから↓



# 食改さんの活動の様子

## 🌸 おやこ食育教室

市内の園を対象に親子でおやつ作りをする教室です！



## 🌸 ヘルスメイト展

食生活改善推進協議会独自の祭典です！試食提供、骨密度測定、野菜摂取量測定などを行っています！



## 🌸 福祉にっこりまつり

にっこりまつりでは、野菜摂取量測定や塩分量が分かるブースを出展しています！

