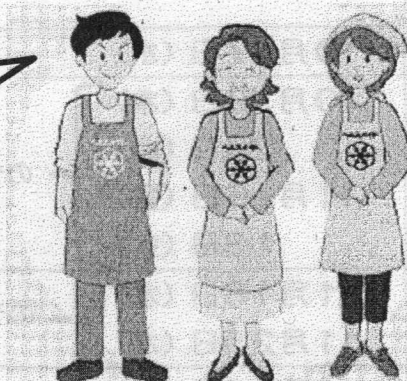


食生活改善推進員 養成講座のご案内

食生活を通して健康づくりの輪を広める『食生活改善推進員』として、地域で活躍していただけるボランティアを養成する『食生活改善推進員養成講座』を開催します。

「私たちの健康は、私たちの手で」をスローガンに、家族や地域の健康づくり活動をしています。

一緒に健康づくりを始めませんか？



【日程】 令和8年6月から12月までの全8回コース

午前10時～午後1時

※詳しくは裏面をご覧ください。

【対象者】

- ・岐阜市にお住まいの人
- ・全8回の講座に出席できる人
- ・講座修了後、食生活改善推進員として、お住まいの地区で仲間と一緒にボランティア活動ができる人

【場所】

講義：岐阜市柳ヶ瀬健康運動施設「ウゴクテ」すこやか交流室1・2
(岐阜市徹明通2丁目18 柳ヶ瀬グラスル353階)

※ウゴクテの駐車料金は講座に要した時間分、岐阜市が負担いたします。
調理実習：岐阜市保健所、保健センター、コミュニティセンター等

【募集人数】

50名

※どちらも先着順。定員になり次第締め切ります。

【受講料】

テキスト代等 1,700円

※別途調理実習材料費が必要になります。

【申込方法】

電話でお申し込みください。

4月22日(水)から受付を開始します。

※受付時間：平日の午前8時45分から午後5時30分まで

【問合せ先】

岐阜市保健所 健康づくり課 栄養改善推進係

電話番号：058-252-7180

【日程・講座内容】

回	日付	内容
1	6月10日(水)	開講式、子どもの健康づくり
2	7月	調理実習①(テーマ:子どもの食事) 食生活改善推進員勉強会に参加
3	8月 5日(水)	フレイル予防、生活習慣病の予防 ①
4	10月	調理実習②(テーマ:高齢者の食事) 食生活改善推進員勉強会に参加
5	10月 7日(水)	生活習慣病の予防②
6	10月22日(木)	調理実習③ 会場:岐阜市保健所 ヘルスアップ教室に参加 10月のテーマ:貧血予防 11月のテーマ:脂質異常症予防
	23日(金)	
	11月 6日(金)	
	13日(金)	
7	11月18日(水)	クアオルト®健康ウォーキングに参加
	11月25日(水)	
8	12月 9日(水)	修了式

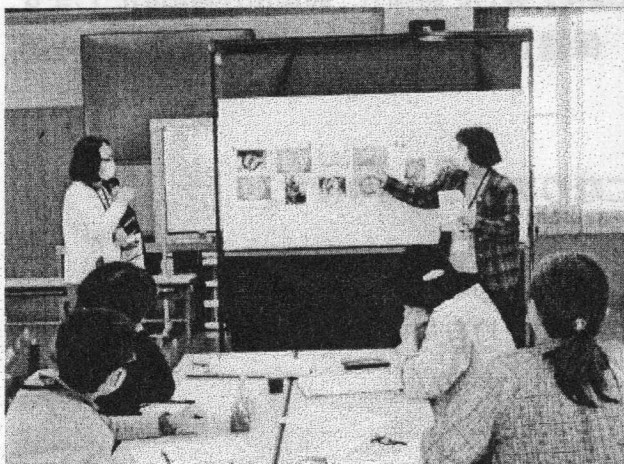
※食生活改善推進員勉強会の日程は開講式(6月10日(水))にお知らせします。

食生活改善推進員(ヘルスマイト)とは?

国の食生活改善の方針を受け、昭和45年に全国組織として結成されたボランティア団体で、健康づくり活動を普及するため各地域で活躍しています。

「食改(しょっかい)さん」と呼ばれ、ピンクとブルーのエプロンがトレードマークです。

【過去の養成講座の様子】



〒500-8522 岐阜市東区南平 058-252-1180

岐阜市保健所 食生活改善推進員養成講座 申込書

058-252-1180