

湯梨浜町

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！



湯梨浜町では、「食改さん」こと「食生活改善推進員」の養成講座を開催いたします。

食生活改善推進員とは、食の重要性を地域のみなさんに広く呼びかけ、健康づくりを推進していく、「食のリーダー」です。

具体的な活動としては、地域住民へ料理講習会を開催する、こども園を訪問して食育絵本の読み聞かせやクッキングなどしています♪

まずはご自身のために、食生活・健康づくりに関する正しい知識を学び、そしてご家族、地域の方々の健康づくりに役立ててみませんか？

- 日 程：別紙日程表をご覧ください
- 場 所：中央公民館羽合分館（ハワイアロハホール内）
- 受 講 料：無料 ※テキスト代（約1,900円）のみ自己負担
- 応 募 条 件：湯梨浜町内在住の方で、
講座修了後、食生活改善推進員として活動できる方
- 申込締切日：8月12日（火）
- 申込・問い合わせ先：湯梨浜町役場 健康推進課

TEL 35-5375 FAX 35-5376

----- 切り取り -----

令和7年度 食生活改善推進員養成講座 受講申込書

お名前： _____ 生年月日： _____

ご住所： _____ 電話番号： _____

令和7年度 湯梨浜町食生活改善推進員養成講座日程

場所：中央公民館羽合分館

回	月日 会場	講義①（1単位）	講義②（1単位）	調理実習（2単位）
		9:30~10:20	10:30~11:20	11:30~13:30
1	8/26 (火) 栄養指導室 会議室B	開講式		調理の基本 (計量・だしの取り方・ 材料の切り方)
		オリエンテーション 「養成講座の進め方」 町栄養士 「地区組織活動について」 町栄養士		
2	9/11 (木) 栄養指導室 会議室B	「町食生活改善推進員の活動について」 町食生活改善推進員 「町民の健康状況」 町保健師		バランス食 (生活習慣病予防)
3	10/3 (金) 栄養指導室 会議室B	「健康づくりの課題と健康日本21」 倉吉保健所 所長 小倉 氏 「栄養の基本」 町栄養士		バランス食 (単身者)
4	10/24 (金) 栄養指導室 会議室B	「対象別食育」 町栄養士		バランス食 (乳幼児・学童期)
5	11/18 (火) 栄養指導室 会議室B	「食品衛生と健全な生活環境」 倉吉保健所 生活安全課		バランス食 (高齢期)
6	12/12 (金) 栄養指導室 会議室B	「身体活動・運動習慣のある生活」 みんなのげんき館 運動指導員 宮前氏 「町事業の紹介（運動教室・YHC等）」 町担当職員		おもてなし料理 (地産地消)
		修了式		

修了には全24単位中、講義、調理実習でそれぞれ10単位以上の取得が必要です！