

ヘルスメイト養成講座

食生活改善推進員養成講座
新規受講者募集中

ヘルスメイト 食生活改善推進員 とは

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに町民の皆さんの食生活の改善や健康づくりのお手伝いをしているボランティア団体です。

全国に組織があり、地域に出向いて健康づくりを支援したり、町のイベント（パン博やふくし祭りなど）へ出展したりしています。

この講座を修了して一緒に活動しませんか？

健康ポイント
対象事業
(各1ポイント)



日程と主な内容

8月1日(金)

- ・開講式
- ・栄養士講話
(ヘルスメイトとは?)

8月8日(金)

- ・運動の講話・実技
(健康日本21とは?)

8月22日(金)

- ・栄養士講話
(生活習慣病って?)

9月9日(火)

- ・栄養士講話
(献立を考えよう)
- ・調理実習

9月25日(木)

- ・運動の講話・実技
(効果的な運動とは?)

10月3日(金)

- ・栄養士講話
(食育推進について)

10月17日(金)

- ・食品衛生監視員講話
(食中毒と食品表示)

10月31日(金)

- ・調理実習
- ・閉講式

全
8回

会場：川崎町保健センター

時間：9時受付 9時30分～11時30分

対象

川崎町在住の人
(食生活改善推進員として活動したい
人や健康づくりに関心のある人)

20名

(定員以上の申し込みがあった場合は
先着順とさせていただきます)

参加費

無料

申込期間

令和7年7月18日(金)まで



川崎町食生活改善推進員のみなさん

【申し込み・問い合わせ】

川崎町保健センター

☎72-7083 (直通)

担当：福田・松本