

令和6年度 食生活改善推進員養成講座のおさそい

地域において健康づくりのためのよい食生活の普及活動をしている「食生活改善推進員」を養成するための講座を開催いたします。食に興味のある方、自分や家族の健康が気になる方、健康づくりに取り組む機会として、ぜひご参加ください。

食生活改善推進員養成講座とは

- ① 生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症など）の予防をはじめとする健康づくりについての講話や実習などを行います。
- ② 規定のカリキュラムを修了した方に、修了証書の交付があり、食生活改善推進員の対象となります。

- 費用：無料
- 対象者：野田市民 15名（定員になり次第締切）
- 会場：保健センター ※全4回コースの教室となります



	月日	時間	内容	持ち物
1	11月12日 (火)	9:30~ 12:00	開講式・オリエンテーション 健康日本21について【調理実習課題①】 歯の健康について	筆記用具
2	11月27日 (水)		ロコモティブシンドローム予防 運動（講話および実技）	筆記用具
3	12月5日 (木)		生活習慣病予防【調理実習課題②】 【調理実習課題①提出】	筆記用具 テキスト
4	12月16日 (月)		食品衛生 (講話および手洗いチェッカーによる実験) 野田市食生活改善推進員の活動紹介 【調理実習課題②提出】 閉講式	筆記用具 テキスト

【申込み・問合せ先】

野田市保健センター 管理栄養士 電話：04-7125-1189

申込期限：10月31日（木）