

令和6年度受講者募集中



令和4年度実習
缶詰を利用した簡単魚料理

二宮町 食生活改善推進員 養成講座



©東京ハイジ/二宮町

地域における健康づくりの案内役として食育活動を推進する食のボランティアを養成いたします。

家族や自分の健康が気になる方や健康的な食生活について知りたい方、料理初心者の方も大歓迎です。

- 【対象者】 町内在住で、講座修了後、二宮町食生活改善推進員として活動をしていただける方
- 【募集人数】 10名(先着順)
- 【会場】 二宮町保健センター(二宮1410番地)
- 【費用】 調理実習 550円/回 等
- 【申込期間】 令和6年6月3日(月)～8月15日(木)

お問合せ・お申込みは

二宮町子育て・健康課健康づくり班

☎ 0463-71-7100

令和6年度食生活改善推進員養成講座 日程表

回数	月 日	内 容	調理実習	講師等
1	8月27日(火) 9:30～11:30	開講式 オリエンテーション 食生活改善推進員と地区組織活動		関係職員 管理栄養士 二宮町食生活改善推進員 (ヘルスマイト二宮)
2	9月3日(火) 9:30～11:30	知っておきたい栄養の基礎 食育について考えてみよう!		管理栄養士
3	9月10日(火)、10月 23日(水)、11月6日 (水)のいずれか1 日	食生活改善推進員の活動を知ろう! 実際活動しているところを見学・体験	△	二宮町食生活改善推進員 (ヘルスマイト二宮)
4	9月24日(火) 9:30～11:30	食品衛生・食品表示・栄養調査結果・ 健康日本21・食事摂取基準		食品衛生監視員 管理栄養士
5	10月8日(火) 9:30～11:30	食品成分表・栄養計算を学ぶ ① ～調理の基本・計量～		管理栄養士
6	10月29日(火) 9:30～13:30	食品成分表・栄養計算を学ぶ ② ～献立を考えてみよう～	○	管理栄養士
7	11月12日(火) 9:30～13:30	3・1・2弁当箱法・食事バランスガイド	○	管理栄養士
8	11月26日(火) 9:30～13:30	口腔機能と食について	○	歯科衛生士 管理栄養士
9	12月3日(火) 9:30～11:30	運動と健康(講義と実習)		保健師 管理栄養士
10	1月21日(火) 9:30～11:30	災害に備える食事		管理栄養士
11	2月4日(火) 9:30～11:30	修了式		関係職員 管理栄養士 二宮町食生活改善推進員 (ヘルスマイト二宮)

会 場 原則として二宮町保健センター

(ただし、3.食生活改善推進員の活動を知ろう!の回で、選んだ日によって活動場所が異なります。また、調理実習を行う教室を選択された場合、参加料がかかります。)

費 用 調理実習 550円/回(変更する場合があります、ご了承ください。)

二宮町食生活改善推進員(ヘルスマイト二宮)事業見学参加料(対象者のみ)

そ の 他 感染症拡大防止の観点から予定が変更となる場合があります。