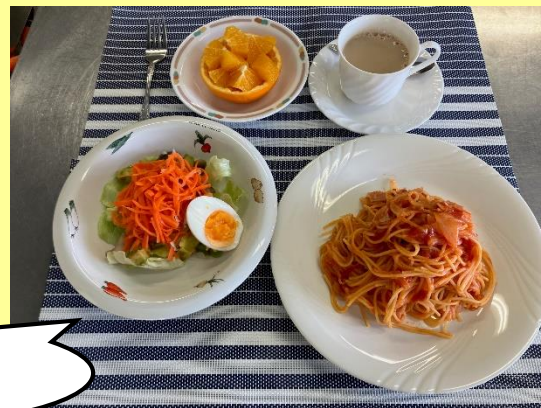


令和7年度受講者募集中



令和6年度
受講者作成献立

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、料理初心者の方也大歓迎です。

【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7年6月2日(月)～8月14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7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26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 (ヘルスメイト二宮)
2	9月2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8日 (月) 9:30～11:30	献立を考えてみよう		管理栄養士
4	9月18日(木) 10:00～12:00	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	9月30日(火) 9:30～13:30	バランスの良い食事 ～調理の基本・計量～	○	管理栄養士
6	10月7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
7	11月4日(火) 9:30～11:30	栄養計算をしてみよう		管理栄養士
8	11月18日(火) 9:30～13:30	口腔機能と食について学ぼう	○	歯科衛生士 管理栄養士
9	12月2日(火) 9:30～11:30	運動と健康について学ぼう		保健師 管理栄養士
10	12月9日(火) 9:30～11:30	生活習慣病と食事 ～減塩にチャレンジ～		管理栄養士
11	1月20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 (ヘルスメイト二宮)

会 場 原則として二宮町保健センター
 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。）
 そ の 他 予定が変更となる場合があります。