

令和7年度 食生活改善推進員養成講座

たのしい ヘルシー教室



食を通じた健康づくりのボランティアとして
地域で活動してくださる人を募集します！

日 程

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回
10/8 (水)	11/13 (木)	12/10 (水)	1/20 (火)	2/13 (金)	3/12 (木)

※全6回 9:30~14:30 すべてに参加可能な方

場 所

小城保健福祉センター『桜楽館』

参加費

無料

定 員

12名（先着順）

対 象 者

◎小城市内在住で、健康的な食生活や食育に関心がある方

◎受講後、小城市食生活改善推進協議会へ入会し、ボランティア活動をお願いします。
（年齢制限はありません。男性の方も大歓迎です！）

内 容

午前中は健康講座、調理実習、会食、
午後は様々な講師によるお楽しみ講座を予定

受付開始

8/20
(水)~

※申し込みをされた方には第1回開催の2週間前に詳細等の案内通知をいたします。

食生活改善推進員をご存知ですか？

食生活改善推進員（ヘルスメイト）は、
「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に健康的な食生活について学んだことを自らが実行しながら食を通じたボランティア活動をしています。

小城市食生活改善推進協議会では男性の料理教室やおやこの食育教室、集団健診会場での食育普及啓発活動等を行っています。



【問い合わせ先】 小城市健康福祉課 健康増進係 ☎37-6106 担当：井上・伊東