

令和8年度 食生活改善推進員(ヘルスマイト)養成教室 受講内容

回数	日程	内容	時間
第1回	10/23(金)	開講式・講義	9:30 ~ 12:00
第2回	11/27(金)	講義 + 調理実習 	9:30 ~ 13:00
第3回	12/18(金)	講義 + 調理実習 	9:30 ~ 13:00
第4回	1/13(水)	【集合研修】1日じっくり学ぶ  ●医師による健康講座 ●運動講師によるストレッチ 等	9:30 ~ 15:30
第5回	2/26(金)	講義 + 調理実習 	9:30 ~ 13:00
第6回	3/5(金)	講義・閉講式	9:30 ~ 12:00



○講義は食育・栄養、健康づくり等に関する内容を中心に実施します。
 ○全6回コースの教室のうち、半日を1単位として(第4回は2単位)、6単位以上の受講で修了となります
 ○修了後の地域活動(ボランティア)には、食生活改善推進員協議会への入会及び年会費が必要です



申し込み・問い合わせ先

下記の QR コードから、もしくは小倉南区役所保健福祉課までお電話でお申し込みください。

【申込フォーム】

【お電話・お問合せ】

WEBで
お申込み



TEL:093-951-4125
 (小倉南区役所保健福祉課 健康相談コーナー 栄養士)

【申込開始】令和8年8月17日(月)～