

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	日時	内容	会場
第1回	10/21(水) 9:30~12:00	開講式・講義	小倉北区役所 東棟3階 指導室 1
第2回	11/17(火) 9:30~13:00	講義 + 調理実習 🔍	小倉北区役所 東棟3階 指導室 2 栄養実習室
第3回	12/15(火) 9:30~13:00	講義 + 調理実習 🔍	
第4回	1/13(水) 9:30~15:30	【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	北九州市立 生涯学習総合センター
第5回	2/10(水) 9:30~13:00	講義 + 調理実習 🔍	小倉北区役所 東棟3階 指導室 2 栄養実習室
第6回	3/2(火) 9:30~12:00	講義・閉講式	小倉北区役所 東棟3階 指導室 1



○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 🍎

小倉北区役所 保健福祉課 電話:093-582-3440

★募集 定員20名程度(年齢不問)

★電話申込 9月4日(金)から小倉北区役所保健福祉課へお電話でお申し込みください。

★電子申請 9月4日(金)から9月30日(水)までの期間は

電子申請でのお申し込みも可能です。

QRコードからお申し込みください。



【電子申請申込フォーム】