

食をととした健康づくりの基礎を学んでみませんか？

令和8年度

食生活改善推進員 養成講座

食生活や生活習慣病、

調理の基本に関する講義など、

簡単バランス食を学べる調理実習や運動実技があります。



日 程

全 5 回

8/27(木)、9/25(金)、10/29(木)
11/26(木)、12/24(木)

時 間

午前9時30分～午後2時30分

会 場

市保健センター

受講料

1,500円 (テキスト代)

申込み

市保健課 窓口 または お電話 でお申込みください

電話 : 0237-55-2111 (内線139)

(平日 8時30分～17時15分)

締切 : 令和8年8月3日 (月)

定員

12名

5人以上で開催