令和元年7月

食生活改善推進養成講座のお知ら

食にかかわるボランティア活動を通して健康づくりを推進する食生活改善推進員（ヘルスメイト）の養成講座を実施します。

食育や生活習慣予防の献立作成のポイントや調理実習等、食生活や健康に関する内容を楽しく学習します♪　正しい知識を学んで、ご自身やご家族そして地域の皆さんの健康づくりのためにお役立てませんか？

ご応募をおまちしております。

日程令和元年８月29日（木）～令和２年１月20日（月）

全10回　約30時間

既定の時間を受講されると終了書を発行します。

会場八幡市文化センター他

対象講座終了後、食生活改善推進員としてボランティア活動

（イベントや教室での試食づくりや料理教室の開催等）をする意欲のある概ね70歳以下の市民の方

定員30名（先着順）

受講料無料

申し込み方法はがき（氏名、生年月日、住所、電話番号を記入）

又は直接窓口、電話で受け付けいたします。

申し込み先市役所健康推進課

締め切り8月15日（木）

※先着順のため、定員になり次第受付終了となりますのでご了承ください。

食べることは生きることの基本です。

食べることの好きな方のご参加をお待ちしています。‼

お問い合わせ　八幡市役所　健康推進課　983-1115（直通）