

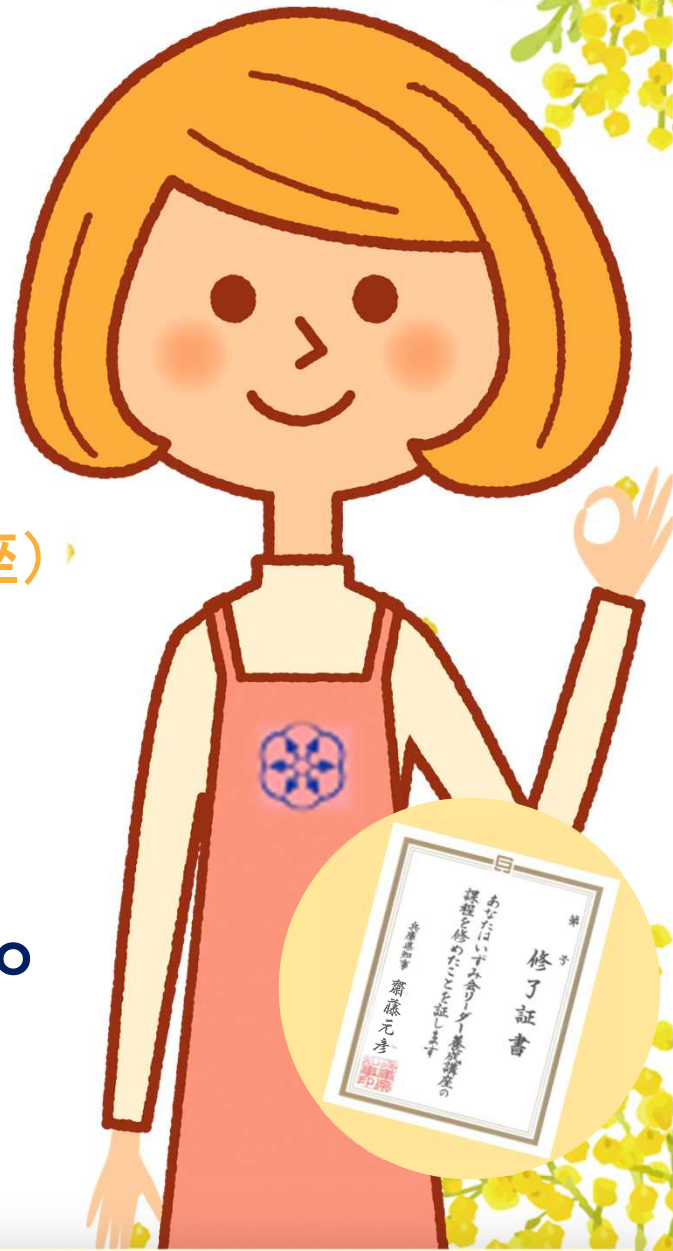
例年好評！

食育・健康講座

(いずみ会リーダー養成講座)

受講生募集します。

24時間以上の講座参加で修了証発行
食育のリーダーとして活動できます！



講座受講のうれしい5つのポイント

習った
知識と実践が
つながっている

自分のカラダ
のことが
わかる

受講料は
テキスト代
のみ

今後の
食生活に
活かせる

セカンドライフに
自分の時間が
有意義になる

食生活改善ボランティア「いずみ会」とは

- 『私たちの健康は私たちの手で』を合言葉に、
県・市町等と協力して食生活改善・食育活動を展開している団体です
- 県・市町等と協力して、親子料理教室や野菜の計量体験などのイベントを開催
- 男性会員も大活躍！ 様々な世代の方が活動に参加しています

この食育・健康講座（いずみ会リーダー養成講座）は このような方におすすめです！

自分のカラダの
ことを知りたい

「食」の
知識を
広げたい

「食」に
関すること
を一緒に学べる
仲間を作りたい

自分の
身近な人と
元気になりたい

1	7月25日(木)	10:00～12:30	開講式、オリエンテーション、自己紹介
2	8月15日(木)	10:00～13:00	★家庭からはじめる食中毒予防★自分のカラダのことを知ろう！ ★献立作成①（基本のキ）
3	8月29日(木)	10:00～13:00	★お口と歯の健康づくり ★バランスの取れた食事 ★献立作成②
4	9月19日(木)	10:00～13:00	★食品の栄養成分表示で何がわかる？ ★食べ物の栄養価計算をしよう！ ★献立作成③
5	10月17日(木)	10:00～14:00	★調理実習
6	10月31日(木)	10:00～12:00	★こころとからだの健康づくり ★ライフステージにおける食と健康 ★知っておきたい災害時の食
7	9月～11月	—	【市町別講座】自分のまちの食育・健康づくり、いずみ会活動
8	9月～11月	—	地域の食育活動に参加しよう！
9	12月19日(木)	10:00～12:00	閉講式 ～リーダー養成講座に参加して～、交流会

※状況により、内容、スケジュール等変更の可能性があります。

【講座名】 食育・健康講座（いずみ会リーダー養成講座）

【日程】 2024年7月～12月 全9回

【会場】 キセラ川西 福祉棟2F食育推進ルーム他

【対象】 伊丹市、川西市、猪名川町に在住・在勤の成人 先着15名

【費用】 テキスト代実費 約2,500円（調理実習材料費別）

【実施主体】 兵庫県伊丹健康福祉事務所

申込み・お問い合わせ先

兵庫県伊丹健康福祉事務所（保健所）

TEL 072-785-7861 FAX 072-777-4091

E-mail : Itamikf@pref.hyogo.lg.jp

健康管理課 栄養士 まで 電話・FAX・メールのいずれかでお申し込みください

ふりがな		電話番号	—	—
氏名		FAX番号	—	—
住所	〒 —			
E-mail	@			

◆FAX or メールを送っていただいた後、4日以内に返信がない場合はお問い合わせください。

◆個人情報適切に管理し、目的以外に使用しません。

7月10日(水) 必着