

大人の食育・健康講座

～豊岡市いずみ会リーダー養成講座～

受講生募集

締め切り

7月14日(月)

食事や栄養の知識を身につけ、豊岡市いずみ会の仲間と一緒に地域の健康づくりに取り組んでみませんか？

開講式

7月17日(木)

10時～12時

会場

豊岡健康福祉事務所

栄養指導室



- ▶ 対象 **豊岡市に在住・在勤の方** 約20名(年齢・性別は問いません)
- ▶ 費用 調理実習費(合計2,000円程度)・テキスト代(1,700円程度)
- ▶ 実施主体 兵庫県但馬県民局 豊岡健康福祉事務所

【お問い合わせ・お申し込み】

豊岡健康福祉事務所 健康管理課 栄養士 TEL 0796-26-3660

※いずみ会(食生活改善推進員協議会)とは…

“私達の健康は私達の手で”を合言葉に、地域で食育・食生活改善活動を行う団体。

【どんな活動をしているの?】

- ・親子の料理教室
- ・男性の料理教室
- ・会員研修 等

研修で得られた知識を活かした料理教室などを通して、地域の健康を支える活動です。



<プログラム> ※日程、時間、内容は変更することがあります。

日 時	時 間	内 容	調理 実習
7月17日(木)	10:00~12:00	開講式	×
8月 7日(木)	10:00~12:00	食品衛生と食中毒予防	×
8月21日(木)	10:00~12:00	バランスの良い食事について	×
9月 4日(木)	10:00~12:00	災害への備えについて	×
9月18日(木)	10:00~14:00	生活習慣病を予防しよう	○
10月 2日(木)	10:00~12:00	ライフステージ別の食事	×
10月16日(木)	10:00~14:00	フレイル予防について	○
11月 6日(木)	10:00~12:00	歯と口の健康づくり	×
11月20日(木)	10:00~12:00	健康づくりと身体活動	×
12月 4日(木)	10:00~14:00	受講生考案献立の調理	○
12月18日(木)	13:00~16:00	修了式、交流会	○
日時未定(約4時間)		地域活動(イベント、研修会、講習会の参加等)	

24時間以上(地域活動含む)受講した方には、知事からの「修了証書」をお渡しします。



兵庫県マスコット はばタン

<お申込み方法>

- ・FAX/郵送：申込用紙にご記入の上、【お申込み・お問合せ先】までお送りください。
 - ・お 電 話：【お申込み・お問合せ先】までお電話ください。
- ※申込用紙はお住まいの地区のいずみ会員への手渡しでも差し支えありません。

締 切

7月14日(月)

キリトリセン

大人の食育・健康講座 申込用紙

お名前・年代 (該当の年代に○を してください)	(ふりがな) 氏 名	~20 歳代/30 歳代/40 歳代/ 50 歳代/60 歳代/70 歳代~
ご住所	〒	
ご連絡先	電話番号	FAX

【お申込み・お問合せ先】

豊岡健康福祉事務所 健康管理課 栄養士 〒668-0025 豊岡市幸町7-11
TEL 0796-26-3660 / FAX 0796-24-4410