

令和8年食生活改善推進員養成講座

開催のお知らせ



～新規メンバー募集中～

食生活改善推進員とは？

「食を通じた健康づくり」を広めていくボランティア団体です。
調理実習等の健康教室などを開催して食べることの大切さを広めていきます。
地域で何か活動したいと思いのある方、一緒に健康づくりの担い手になりませんか？



推進員になるには全5回（20時間）の講座を受講する必要があります。
（受講が難しい回がある場合はご相談ください。）

	日時	内容	講師
第1回	6月19日（金） 午前9時30分～ 午後0時10分	開講式 講話：県民の健康状況について 健康秋田21について 食生活改善推進員の活動について	山本地域振興局福祉環境部 健康予防課 課長 古井 美和子 氏 秋田県健康づくり推進課 管理栄養士 奈良 歩佳 氏 秋田県食生活改善推進協議会 会長 榎本 鈴子 氏
第2回	7月17日（金） 午前9時30分～ 午後2時30分	講話：栄養の基礎と食生活改善について 食事バランスガイドについて 調理実習：バランスの良い食事 講話：献立を立ててみよう	在宅管理栄養士 佐藤 緒里恵 氏 町管理栄養士
第3回	8月20日（木） 午前9時30分～ 午後2時30分	運動：生活習慣病予防 調理実習： 作成した献立をもとにクッキング 講話：食品表示について	秋田県健康増進交流センターユフォーレ 健康運動指導士 佐藤 達矢 氏 町管理栄養士 北秋田地域振興局大館福祉環境部 環境指導課 長内 一弘 氏
第4回	10月1日（木） 午前9時30分～ 午後2時30分	講話：生活習慣病予防について 調理実習&講話：フレイル予防 講話：食品衛生と食環境保全	町管理栄養士 在宅管理栄養士 田中 美樹 氏 山本地域振興局福祉環境部 環境指導課 課長 宮野 佳子 氏
第5回	11月10日（火） 午前9時30分～ 午後0時40分	講話：オーラルフレイル予防について 運動：フレイル予防 閉講式	北秋田地域振興局大館福祉環境部 健康予防課 歯科衛生士 伊藤 理恵 氏 健康運動指導士 原田 三枝 氏

会場 三種町保健センター

対象者 終了後食生活改善推進員としての活動ができる方

定員 10名

申込方法 電話またはQR

申込締切 6月15日（月）



一緒に楽しく
学びながら
健康づくりの輪を
広げましょう！

お問い合わせ

三種町保健センター



83-5555