

## 北栄町食生活改善推進員養成講座について

## ○食生活改善推進員とは…

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、住民の健康づくりを食の分野から推進し、「ヘルスメイト」の愛称で活動している、全国的なボランティア集団です。

食生活改善推進員になるためには市町村の行う所定の講座を受講することが必要ですが、そこで学んだことをまずは自分の健康のために実践し、家族の健康管理を行うことはもとより、お隣さん、お向かいさん、さらに地域の住民にと広げることにより、地域での積極的な健康づくりに取り組んでいます。

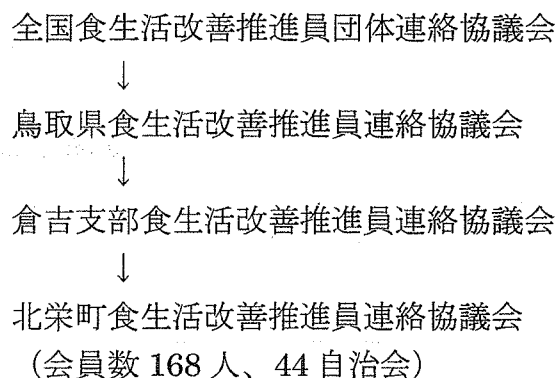
## ○食生活改善推進員養成講座

食生活を健康づくりの基本ととらえ、健康づくりに関する知識や技術を学ぶことを目的とした講座を町が開催し、食の大切さや望ましい食習慣等を広める活動を行う地域の実践者を養成します。

## ○主な活動

- ・各自治会における伝達講習会
- ・子どもの料理講習会
- ・小中学生への食育事業
- ・地産地消の推進活動
- ・町、社協の健康づくりイベントに協力

## 【組織図】



## 【会員がおられない、または1人の自治会】

江北浜	中央団地	山西	みどり西団地	小河原団地
国坂中団地	松神	向山団地	さつきヶ丘団地	さくら団地
六尾北団地	西穂波	穂波	亀谷	東亀谷
上種	西高尾	東高尾	由良宿4区	由良宿5区
由良宿7区	緑ヶ丘団地	二子塚団地	東園浜	下種
由良宿6区	大谷	別所	比山	

## 食生活改善推進員養成講座

### 受講生募集のご案内

本年度北栄町では、食生活改善推進員の養成講座を開講します。

食生活改善推進員は、調理講習会等の地域活動を通して、食育を推進するためのボランティア活動を行っています。食生活、健康づくりに関する正しい知識を学び、ご自分やご家族、地域の方々の健康づくりに役立ててみませんか。

**応募条件** 北栄町内在住で、講座終了後、食生活改善推進員（ヘルスマイト）として活動できるおおむね70歳くらいまでの方。  
男性も大歓迎です！

**期 日** 8/28、9/25、10/30、11/22、12/20、1/29  
※全6回の講座を5回以上受講で、修了となります。

**場 所** 北栄町健康増進センター

**内 容** 健康づくりに関する講話、調理実習、グループワーク

**受講料** 無料

**募集人員** 20名

**申込締切** 平成25年7月26日（金）

～お申込み・お問い合わせ～  
北栄町役場 健康推進課  
電話：37-5867

