

内灘町健康づくり推進員 養成講座受講者募集

令和8年度

健康づくりの輪を広げるため、『内灘町健康づくり推進員会』の皆さんが、『私達の健康は私達の手で』をスローガンに、各地区でボランティア活動を行っています。この講座で健康・食育・環境・子育てなどについて考え、自分たちが住みたい町づくりを目指して、一緒に活動しましょう。お友達や近所の方も誘って、ぜひ参加してみませんか？

対象者：内灘町在住の食や健康に興味のある方で、
受講後、内灘町健康づくり推進の一員となりボランティア活動ができる方

活動内容：幼児から大人対象の食育事業や伝統料理の普及
減塩味噌づくり・シニアカフェなどの企画・実施 など



養成カリキュラム日程

	日時	内容
◎	1 7月8日(水) 10:00~12:00	【開講式】オリエンテーション・自己紹介 食生活改善推進員と地区組織活動
☆	2 7月16日(木) 9:00~13:00	(事業)内灘高校 チャレンジコース 調理
◎	3 7月24日(金) 10:00~12:00	(研修会) 食品衛生と食環境保全
☆	4 8月下旬頃 9:00~13:00	(事業)ヘルシー&デリシャスメニュー普及 調理
◎	5 9月14日(月) or 17日(木) 9:00~12:00	(研修会)講義形式 ※時期は流動的 健康日本21/食事バランスガイド
△	6 9月頃 9:00~12:00	(事業)シニアカフェ 町内公民館 身体活動・運動
△	7 10月頃 9:00~12:00	(事業)シニアカフェ 町内公民館 身体活動・運動
☆	8 10月中旬頃 9:00~13:00	(事業)生涯骨太クッキング 女団連調理研修会 調理
☆	9 10月21日(水) 9:00~13:00	(事業)親子クッキング 子育て支援センター(カンガールーム) 調理
☆	10 11月7日(土) 9:00~13:00	(事業)わくわくキッズキッチン 調理
△	11 12月頃 9:00~12:00	(事業)シニアカフェ 町内公民館 身体活動・運動
☆	12 2月頃 9:00~13:00	(事業)味噌作りの教室 調理
◎	13 3月8日(月) 10:00~12:00	【閉講式】今後の活動について ボランティア活動について 食生活改善推進員と地区組織活動

※ 養成講座終了後は、修了証書を交付します。
修了基準：◎必須、☆2つ以上参加、△1つ以上参加

場 所：内灘町保健センター および 町内施設など

費 用：1,000円(テキスト代 など)
初回受講時に、今後も継続し受講する方に対して費用を徴収します

応募締切り：6月26日(金)

申込み先 事務局
内灘町保健センター
286-6101