

食のボランティア はじめませんか？

～食生活改善推進員養成講座～ 江別市

「食生活について学びたい」「自分や家族の健康を守りたい」「新たな仲間づくりをしたい」と思っている方へ、「食改さん」として活動してみませんか？

養成講座を受講

栄養の知識などの講義や調理の基本について学びます
※受講料2,500円がかかります



江別市食生活改善協議会に入会し活動

親と子の料理教室、高齢者対象のレクリエーションなどを通じて、地域の方々へ健康的な食生活を広めます。できる範囲で講習会等に参加し、学んだことを家族や地域に広めます。

食生活改善推進員養成講座(令和8年度・全6日間)

1回目	11月6日(金)	9:30～12:30	保健センター (若草町6番地の1)	講話
2回目	11月13日(金)	9:30～12:30		講話
3回目	11月20日(金)	9:30～12:30		講話
4回目	11月27日(金)	9:30～12:30		講話
5回目	12月4日(金)	10:00～15:40	野幌公民館 (野幌町13-6)	調理実習・講話
6回目	12月11日(金)	10:00～14:50		運動・講演

募集期間 10月5日(月)～10月16日(金)

対象：江別市民(全日程参加できる方)

定員：30名(先着順) 受講料：2,500円

申込先：江別市保健センター(☎385-5252)

