# 食育サポートメイト養成講座

## ～健康づくりの基本は食生活から～

**「食」を中心とした健康づくりについて、仲間と一緒に楽しく学びませんか。**

**この講座は、学習したことを、家族や知人、地域へと広げて、仲間と共に活動する食育サポートメイトを養成するものです。**

食品衛生や歯に関すること、食生活改善に必要な調理の知識や技術など幅広く健康づくりについて学びます。

自分のため、家族のためにでも、食育や食生活改善推進活動に興味がある方は、この機会にぜひ受講してください。

◎養成講座の概要◎

【 日　時 】

| | | | |
|---|---|---|---|
| 5月 20 日（月）<br>9:45～12:00 | 6月6日（木）<br>10:00～12:00 | 6月 26 日（水）<br>10:00～15:00 | 7月8日（月）<br>10:00～14:30 |
| 9月2日（月）<br>9:45～14:30 | 10 月 10 日（木）<br>10:00～15:00 | 11 月5日（火）<br>10:00～14:00 | 地域活動見学<br>(1日)※日時未定 |

【 場　所 】小田原保健福祉事務所［小田原市荻窪 350-1］
小田原市生涯学習センターけやき［小田原市荻窪 300］
町総合保健福祉センター「さくら館」

【 内　容 】食生活や食育に関する講義や調理実習、運動の実践、
町事業への参加を行います。

【 対　象 】・継続的に受講できる方
・実践意欲があり講習会などの活動ができる方

【 定　員 】3人 ※一市三町、合同で行います。

【 受講料 】2,000 円（教材費の一部）

【修了証書】8割（12 単位）以上出席した方に交付します。

【申込締切】4月 19 日（金）

※ なお、初回は5月 20 日（月） 9時45分～12時

若い世代の方や男性の方の参加もお待ちしています！
身近な方をお誘いのうえ、ぜひ、ご参加ください♪

申込・照会先 さくら館 電話（85）0800