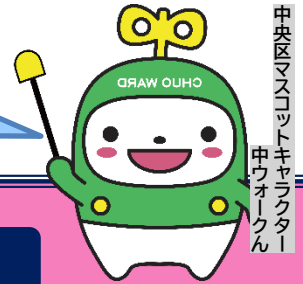


# 食のボランティア講座

## ～食生活改善推進員養成講座～

※年齢・性別は問いません  
どなたでもお申込みいただけます

### 受講者募集!



中央区マスコットキャラクター  
中ウオーくん

健康づくり

集いの場

学びの場

社会貢献

「食生活について勉強したい」「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」「何か社会の役に立ちたい」と思っている方々へ。

食生活改善推進員(通称:食改さん<sup>しょっかい</sup>)として活動してみませんか?

お住いの区で

養成講座を受ける

栄養の知識などの講義や、調理の基本などについて学びます。

※受講料は無料ですが、  
テキスト代(1,300円程度)がかかります。

食生活改善推進員協議会に入会し、  
食のボランティア活動を行う

親子料理教室や食改善展などを通して、  
地域の方々へ健康的な食生活を広めます。

※入会に際し、年会費1,200円がかかります。

食改さんの声

仲間と楽しく活動しています!  
栄養について学び、以前より家族の食事に気をつかうようになりました。

中央区食生活改善推進員養成講座日程(令和6年度・全6日間)

1回目...	6月7日(金)	14:00~16:00
2回目...	6月12日(水)	13:30~16:00
3回目...	6月18日(火)	14:00~16:00
4回目...	6月27日(木)	10:00~13:00
5回目...	7月3日(水)	14:00~16:30
6回目...	7月9日(火)	14:00~16:30

中央区食改活動の様子



中央区食育マスコット モリス  
「1日3回 ペジだべさ!」



募集期間 5月13日(月)~17日(金)

電話、窓口(8:45~17:15)、FAX または Eメール(住所、氏名、電話番号、FAX の場合は FAX 番号も明記)でお申し込みください。

中央区食生活改善推進員養成講座のお申し込み・お問い合わせ

中央保健センター 管理栄養士(中央区大通西2丁目9)

Tel 205-3352 Fax 218-5600

メールアドレス ch.morisu@city.sapporo.jp →



※HPはこちら→



SAPPORO

