

# 受講者募集

# 食のボランティア講座

## ～食生活改善推進員養成講座～

※年齢・性別不問

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?

### 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。

※テキスト代 1,700 円がかかります。  
※お住まいの区で受講します。

### 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けるようになりました。

### 西区食生活改善推進員養成講座日程(令和7年度・全6日間)

1回目	6月12日(木)	14:15~16:00
2回目	6月16日(月)	10:00~12:00
3回目	6月19日(木)	13:30~15:30
4回目	6月23日(月)	9:00~12:00
5回目	6月25日(水)	10:00~13:00
6回目	7月2日(水)	14:00~16:00



### 西区食改活動の様子



募集締切:5月23日(金) 17時15分まで 定員 24人(多数時は抽選)

氏名(漢字・フリガナ)、住所、電話番号、年齢を記入し、次のいずれかでお申込ください。

- ハガキ 下段【お申込み・お問い合わせ】先
- 西区役所公式ホームページ →
- FAX 641-0392
- 電話 下段【お申込み・お問い合わせ】先



### 【お申込み・お問い合わせ】

西保健センター(〒063-0812 西区琴似2条7丁目)

管理栄養士 宛て

Tel 621-4241



SAPPORO