

受講者募集

手稲区 

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: ^{しょっかい}食改さん)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 1,210 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かうようになりました。

手稲区食生活改善推進員養成講座日程(令和5年度・全6日間)

1回目	6月29日(木)	13:30~15:30
2回目	7月4日(火)	13:30~15:30
3回目	7月10日(月)	13:30~15:30
4回目	7月13日(木)	10:00~13:00
5回目	7月20日(木)	13:30~16:30
6回目	7月27日(木)	13:30~15:30

調理実習が
あります



手稲区食改活動の様子

募集期間 6月12日(月)~16日(金) 定員 12人(先着)

電話 

FAX 

窓口 

保健センター
2階事務室

のいずれかでお申し込みください。

手稲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



手稲保健センター 管理栄養士
(手稲区前田1条11丁目)

※受付時間は、土・日曜を除く 8:45~17:15

電話 681-1211

FAX 681-1723

氏名、住所、電話番号を明記

HPはこちら



SAPP
RO



さっぽろ市
04-003-23-861
R5-4-94