



講座を受けて 食改さんになりませんか

後回しになりがちあなた自身と家族の健康…
一緒に学んで健康の輪を広げましょう

参加費
無料

2024年度 食生活改善推進員教育講座 受講者募集

調理実習、バランスの良い献立づくり、生活習慣病予防の勉強、
簡単エクササイズなど全7回の講座です

対象

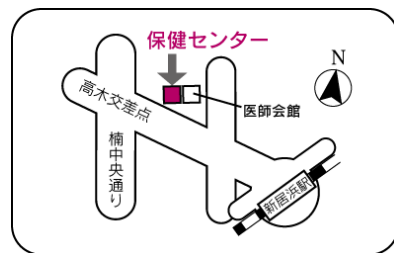
18歳以上の市民で全日程出席できる人
※過去参加者は除く（先着20名程度）

日時

①7/23(火) ②8/20(火) ③9/11(水)
④10/4(金) ⑤11/14(木) ⑥11/26(火)
⑦12/13(金) 9:00~14:00

場所

保健センター
新居浜市庄内町四丁目7-17



食生活改善推進員（食改さん）とは
自分と家族、周りの人々に健康づくりの輪を広げる
活動を行っています

申込み・問い合わせ

申込み締切：6/28（金）

新居浜市保健センター

☎(0897)35-1070

食改さん大募集



食生活改善推進員（食改さん） について

食生活改善推進員は、家族からご近所さん、お友達へと「食を通じた健康づくり」の輪を広げているボランティア団体です。

食改さんになるには？

保健センターが開催する「**食生活改善推進員教育講座**」を修了することで、食改さんとして活動できます。



食べることや料理が好きな方、食を通して地域に貢献したい方、ボランティア活動をしてみたい方、食生活改善推進員として活動してみませんか？

食生活改善推進員養成講座の詳細は裏面をご覧ください