

あなたも「食生活改善推進員」になりませんか！

食生活改善推進員とは？

「私達の健康は私達の手で」を合い言葉に、健康づくり活動を、食を通して地域において推進しているボランティア組織の団体です。

愛称を「ヘルスメイト」として、親しみを感じて気軽に呼びかけてもらえる存在になるために、仲間で励んでいます。

また、子供から高齢者まで、健全な食生活を実践することのできる食育活動をすすめる「食育アドバイザー」であり、80歳まで自分の歯を20本保とうと呼びかけをする「8020運動推進員」でもあります。

どんな活動をしているの？

本町の事業を主に、「おやこ食育教室」「健康づくり教室」「地魚料理教室」「疾病予防の栄養教室」「農林漁業祭」「むし歯予防教室」「町子供体験活動」など、町民の健康を保持するために、各種健康づくり関係行事等への協力活動をしています。

また、食生活改善推進員連絡協議会を結成し、「健康日本21（第2次）」の目標達成のために努めています。

中種子町は？

現在21名で活動中です。

5～6年に1度の養成講座です。この機会にぜひ受講してみたいかですか？

食生活改善推進員になるためにはどうすればいい？

食生活改善推進員養成講座を受講後、入会となります。

中種子町食生活改善推進員養成講座ご案内

☆受講対象者	①平成28年度で65歳になるまでの女性の方。 ②養成講座修了後、食生活改善推進員連絡協議会に加入し、ボランティア活動をする意思のある方。
期間	平成28年9月～12月 5回開催
時間	午後1時～午後5時15分 (但し調理実習の日は午前9時～午後1時)
会場	中種子町保健センター
受講料	無料
申し込み期限	平成28年8月1日(月)
申し込み方法	中種子町保健センターまで電話かファックスまたはEメールで。
問い合わせ	Tel: 27-1133 Fax: 24-2020 E-mail: naka-senter@town.nakatane.kagoshima.jp

食べることの大切さ、料理の楽しさをいっしょに考え、我が家の味を伝えること、うす味を心がけることなど、健康な家族づくりを学んでいきましょう！

