

食

と健康づくりを学ぶ



食生活改善推進員

受講者
募集!

食生活改善推進員（ヘルスマイト）は
地域で食育や食生活改善をすすめる
ボランティアグループです。

ヘルスマイト 養成教室

日程

全 10 回

4 月	11日(木)、16日(火)、24日(水)
5 月	13日(月)、22日(水)、28日(火)
6 月	5日(水)、12日(水)、18日(火)、25日(火)

時間

9:30頃～12:00頃まで ※回により若干異なります

場所

東保健所 講堂

東区箱崎 2 丁目 54-27

対象者・定員

東区内に在住で教室終了後、
ボランティア活動に参加できる方
先着 40 名（要申込）



料金

無料

規定の時間を受講した方に修了証をお渡しします。

内容(一例)

栄養素の基本、バランスのよい献立のたて方、健康寿命をのばす
運動について、調理の基本と実習、食品衛生の知識・・・など

申込み
お問合せ

*申込み受付は 3月15日(金)から

東区保健福祉センター健康課

TEL **645-1078** FAX 651-3844

(FAX の場合は裏面の申込用紙をご利用ください。)



<あて先>

東区保健福祉センター健康課

管理栄養士 あて

FAX 651-3844

ヘルスマイト養成教室＊受講申込FAX用紙

申込日：R6年 月 日

ふりがな	
氏名	
生年月日	昭和 年 月 日 (歳)
住所	〒 - 福岡市東区
校区	お住まいの地域の小学校区… () 校区
電話番号	
備考	

※定員等で受講いただけない場合は、記載いただいた電話番号に連絡いたします。

※お名前は**楷書体**での記載をお願いします。