



食生活改善推進員(ヘルスマイト) 養成教室 受講生募集!

無料
定員
30人

令和8年度 日程(案)

R8.4.1現在

回	日時	テーマ	単位	講師	場所	
1	5/20(水)	9:50~10:00	開講式・オリエンテーション			1階 講堂
		10:00~11:00	国民の健康状態	1	保健師	
		11:10~12:10	食生活の現状と問題点	1	管理栄養士	
2	5/27(水)	10:00~11:00	生活習慣病(メタボ)の概要	1	保健師	1階 講堂
		11:10~12:10	食生活指針とバランスガイド①	1	管理栄養士	
3	6/3(水)	10:00~11:00	福岡市食育推進計画・健康日本21	1	管理栄養士	1階 講堂
		11:10~12:10	バランスのよい食事と献立の立て方①	1	管理栄養士	
4	6/10(水)	10:00~10:30	健康づくりの基本(休養・たばこ)	0.5	保健師	1階 講堂
		10:40~12:10	栄養の基礎知識	1.5	管理栄養士	
5	6/17(水)	10:00~11:30	くらしの食品衛生	1.5	食品衛生監視員	1階 講堂
		11:40~12:10	バランスのよい食事と献立の立て方②	0.5	管理栄養士	
6	6/24(水)	10:00~12:30	調理実習	2.5	管理栄養士	1階 講堂・栄養室
7	7/1(水) 午後	13:30~14:30	歯の健康	1	歯科衛生士	1階 講堂
		14:40~15:40	対象別の食事	1	管理栄養士	
8	7/8(水)	10:00~12:00	健康づくりと運動	2	健康運動指導士	1階 講堂
9	7/15(水)	10:00~10:30	食生活指針とバランスガイド②(栄養成分表示)	0.5	管理栄養士	1階 講堂
		10:40~12:10	コミュニティ活動について	1.5	社会福祉協議会	
10	7/22(水)	10:00~11:00	年代別の食育	1	管理栄養士	1階 講堂
		11:00~11:30	食生活改善活動の実際について	0.5	食生活改善推進員	
		11:30~11:50	修了式			
		11:50~12:20	写真撮影、入会手続き等			

*対象:城南区在住で、地域でボランティア活動ができる方

*会場:城南区役所別館

城南区鳥飼5-2-25



*講師の都合により内容が入れ替わる場合があります。

*16単位以上で修了証を発行いたします。



お申し込み
二次元バーコード

お問い合わせは

城南区保健福祉センター

健康課 管理栄養士

電話 831-4261

FAX 822-5844

健康課メールアドレス

kenko.JWO@city.fukuoka.lg.jp

