



食生活改善推進員 養成講座受講生募集

あなたも“食改さん”になりませんか？



日程

令和7年6月6日(金)～12月5日(金)
[全8回] * 献立作成・実習を含む(別紙参照)

会場

浦添市保健相談センター

対象

市内在住者 * 男性や料理初心者も歓迎！

定員

若干名 * 全日程受講できる方優先

参加費

無料

受付期間

令和7年4月～随時受付

申込

浦添市健康づくり課 * 保健相談センター内
☎ 098-875-2100

全講義を受講された方には修了証をお渡しし、地域での食育や健康づくりのボランティアとして活動をお願いしております。
欠席された方は、レポート提出等により出席といたしますのでご相談下さい。

食改さん
って？

私たちの健康は私たちの手で

食を通した健康づくりのため、地域で食育推進活動に取り組んでいるボランティアさん。

🍎 こんなところで活躍しています 🍎

- ◆ 地域での食育教室
- ◆ 市の事業への協力

など……



令和7年度 食生活改善推進員養成講座 プログラム

日程	内容
6月6日(金) 9:00~12:00	○開講式 ○食生活改善推進員について 講師:健康づくり課 ○浦添市の現状・課題 講師:健康づくり課 ○食品衛生について(食中毒予防) 講師:沖縄県環境科学センター
7月4日(金) 10:00~12:00	○食事・栄養バランスについて 講師:沖縄ヤクルト株式会社
8月1日(金) 10:00~12:00	○食育・栄養バランスについて(高齢期) 講師:健康づくり課 管理栄養士
8月29日(金) 10:00~12:00	○歯と口の健康 講師:沖縄県口腔保健センター
10月3日(金) 10:00~12:00	○災害食について(実習あり) 講師:日本赤十字社 沖縄県支部
6月~12月中 (計2回)	○献立作成・調理(地域での食育事業への参加) 持参:エプロン・三角巾・手拭タオル 講師:浦添市食生活改善推進員
12月5日(金) 10:00~11:00	○修了式

※受講の際は筆記用具をご持参ください。
※日程・講義内容が変更になる場合もございます。



《お申込み・お問い合わせ》
浦添市健康づくり課(保健相談センター内)
☎098-875-2100