

令和8年度金ケ崎町食生活改善推進員養成講座内容

① 9月15日（火） 9:00～13:00

1. オリエンテーション
2. 食生活改善推進員と地区組織活動
3. 食生活の現状、食生活指針等
4. 調理実習、試食

② 10月6日（火） 9:00～13:00

1. 栄養の知識、調理の基本、食環境
2. 食中毒の予防・食品表示
3. 調理実習、試食

③ 11月17日（火） 9:00～13:00

1. 食育の推進、対象別食育
2. 調理実習、試食

④ 12月8日（火） 9:00～13:00

1. 町民の健康状態と健康づくり事業
2. 身体活動・運動
3. 学校給食の試食

令和9年

⑤ 1月12日（火） 9:00～13:15

1. 生活習慣病の概要と予防
2. 休養・ストレス、喫煙、アルコール
3. 調理実習、試食
4. 修了証書交付

全5回のプログラムのうち、4回以上の受講で修了できます。

令和9年1月13日から食生活改善推進員としてボランティア活動をしていただきます。