

尾張旭市 食育ラボ 養成講座

性別問いません！

料理初心者
大歓迎！

食育ボランティア、大募集！！



「尾張旭市食育ラボ」とは？

食を通して健康づくりを地域で推進しているボランティア団体です。愛称は、「食ラボ」です。

主な活動

月1回の定例会(調理実習を含む)、食育料理教室の実施、レシピの玉手箱の広報掲載、保育園での食育教室、食育事業への協力など。

対象／市内在住で食に関心があり、講座修了後に尾張旭市食育ラボとして活動に参加できるかた

定員／15名 参加費／2000円(調理実習費含む)

申し込み／6月2日(月)から電話、または右記二次元コードから

問い合わせ／保健福祉センター内健康課 0561-55-6800



〈養成講座の概要〉

※詳細は6月1日号の広報おわりあさひをご覧ください。

日付	時間 / 場所	内容	講師
1 7月24日(木)	9時30分～正午 (★9時30分～13時) / 保健福祉センター	開講式、活動紹介、オリエンテーション 講義：健康都市と尾張旭市食育ラボ	市保健師/管理栄養士 健康都市・スポーツ課
2 8月7日(木)		講義：「健康日本21」について 講義：今こそ知りたい！食品衛生	瀬戸保健所管理栄養士/保健師 / 環境・食品安全課
3 8月21日(木)		講義・実習：「きちんと食べる」を学ぼう	市管理栄養士
4 ★9月4日(木)		講義：生活習慣病を知って、予防のコツを学ぼう 調理実習：その糖質制限、大丈夫？	市管理栄養士
5 ★9月18日(木)		講義：高齢期の食事と低栄養について 調理実習：人生100年時代の食事	市管理栄養士
6 10月9日(木)		講義：意外と知らない歯とお口の話 元気まる測定を受けてみよう！	市歯科衛生士 市運動指導員
7 10月30日(木)		元気まる測定の結果説明 講義・実技：運動と健康	市保健師 市運動指導員
8 ★11月13日(木)		講義：幼児期の食事と補食について 調理実習：実際の保育園給食	市管理栄養士
9 11月27日(木)		講義：ボランティアとしての心得 修了式、今後の活動について	市社会福祉協議会 市保健師/管理栄養士

※上記日程の他、尾張旭市食育ラボの活動見学を1回参加していただきます。(日程要相談)