

食から広げる健康づくり 食生活改善推進員養成講座開催

受講生募集中

食生活改善推進員(食改さん)って？

「食改さん」は、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、子どもから大人まで、食を通した健康づくりを地域で広げるボランティア活動を行っています。

養成講座修了後には、学んだことを活かして地域のボランティア活動に参加してみませんか？



活動紹介

おやこの食育教室

高校生へ料理教室

男の料理教室



一緒に楽しく
活動しましょう♪



- 【募集対象】 ○町内在住者
○地域の食育や健康づくり活動に関心のある方
○「食生活改善推進員」としてボランティア活動のできる方
- 【内 容】 食育・健康づくりに関する講座、調理実習活動の参加など
- 【日 程】 令和8年8月18日(火)～令和9年3月16日(火)
(全8回)
- 【時 間】 10～12時 (※調理・実技等は変動あり)
- 【場 所】 西原町役場
- 【お申込期間】 6月1日(月)～ ※随時受付(電話もしくは窓口)
- 【お申し込み・お問い合わせ先】 西原町役場 健康保険課 保健予防係
TEL: 098-911-9163



△お申込はコチラ

～気になる点がございましたら、お気軽にご連絡ください～



養成講座のスケジュール

回数	日 時	場 所	内 容
1	8月18日（火） 10：00～12：00	西原町役場 1 階 栄養指導室	開講式 西原町の保健事業と食改活動紹介
2	9月8日（火） 10：00～12：00	西原町役場 1 階 栄養指導室	安心安全な食品衛生を学ぼう！
3	10月3日（土） 9：00～12：00	西原町民体育館	動いて、学ぶ！ 西原町新体力テスト&食改ブース見学
4	10月20（火） 10：00～12：00	西原町役場 1 階 栄養指導室	目指せ健康長寿！ 「健康おきなわ21」
5	11月17（火） 10：00～12：00	西原町役場 1 階 栄養指導室	今日から実践できる！ カラダ喜ぶアンチエイジング食事法
6	12月8日（火） 14：30～15：30	西原町内の 自治会を予定	いいあんべー出前講座 骨粗鬆症の予防
7	1～2月予定 未定	西原町近隣の 学校を予定	次世代へつなぐ！ 若者向け調理実習のサポート体験
8	3月16日（火） 10：00～12：00	西原町役場 1 階 栄養指導室	養成講座修了式 沖縄県食改について、懇談会

※内容は変更になることがあります。