

R7 参加者募集中 7月スタート！

参加費：無料

食生活等改善推進員 (ヘルスメイト)養成講座

8回以上出席した方には『修了証』を交付します

“食育ボランティア”として地域で活動はじめませんか？

日程

全9回 原則火曜日 時間：午後2～4時

7月15日、8月19日、9月16日、10月14日、11月18日
12月5日＊、12月16日、令和8年1月20日、2月17日

＊曜日、時間異なります

会場：南区総合庁舎 4階 多目的室 ほか



食育活動の様子

主な講座内容

- 健康づくりに関すること
 - ・食生活と栄養
 - ・生活習慣病の予防
 - ・身体活動と運動
 - ・こころの健康
 - ・歯周疾患予防
- 食品の衛生
- 地域での活動
 - ヘルスメイトのボランティア活動
- 開講式・修了式 など

お申込み

申込方法： 申込みフォーム・電話・FAX からお申込みください

申込事項： 名前、住所、連絡先（電話番号、Eメールアドレス[任意]）

※南区内在住で、原則すべての回に出席できる方

申込み期限：令和7年7月8日（金）

定員： 30人 ※お申込み多数の際は抽選となります



申込みフォーム

72人のヘルスメイトが
活動しています



お申込み・お問合せ

平日9時から17時まで

南区福祉保健センター健康づくり係（南区役所 41階番窓口）

電話：341-1185

FAX：341-1189

担当： 関、畠山