

R元年度

食生活改善推進員育成研修のご案内

～色々な実習を通して学ぼう～

元気に活動
しよう！



参加して納得！！即実践できる会員対象の研修を開催します。
単発の研修です。興味のある内容を選んでお申込みください。

＜全体研修・全会員対象の研修です＞

回	開催日	内 容 / 会 場	持ち物	申込み締切
第1回	5月10日(金) 14:30~16:00 (総会終了後)	◆運動研修①(インターバル速歩) 講師:明治国際医療大学 齊藤昌久教授 〈会場:日吉町生涯学習センター〉	運動の出来る 服装、靴で! 水分/タオル/ 筆記用具	
第2回	7月25日(木) 10:00~13:00 (受付9:40)	◆元気な骨を保つための食事! 尿中塩分測定・調理実習実施 〈会場:園部保健福祉センター〉	I7°0/三角巾 タオル/マスク/参加 費/筆記用具	7月18日(木)
第3回	9月27日(金) 10:00~13:00 (受付9:40)	◆運動研修②(インターバル速歩) 講師:明治国際医療大学 齊藤昌久教授 〈会場:明治国際医療大学〉	運動の出来る 服装、靴で! 水分/タオル/ 帽子/筆記用具	9月20日(金)
第4回	11月22日(金) 10:00~13:00 (受付9:40)	◆防災食を考える ～防災食・簡単調理実習～ 〈会場:八木保健福祉センター〉	I7°0/三角巾 タオル/マスク 参加費 筆記用具	11月15日(金)
第5回	1月29日(水) 10:00~13:00 (受付9:40)	◆南丹市の「伝統食」調理体験 ～八木地区に伝わる伝統食～ 〈会場:氷室の郷〉		1月22日(水)
第6回	3月6日(金) 10:00~13:00 (受付9:40)	◆長続きする「減塩」の食事 尿中塩分測定・調理実習実施 〈会場:美山保健福祉センター〉		2月28日(金)

＜新人研修 H27、H28、H29年度食生活改善推進員養成講座修了生対象＞

開催日	内 容 / 会 場	持ち物	申込み締切
10月4日(金) 10:00~13:00 (受付9:40)	◆主食・主菜・副菜を考えた 調理実習 バランスガイドを復習しよう! 〈会場:園部保健福祉センター〉	I7°0/三角巾 タオル/マスク/参加費/ 筆記用具	9月27日(金)

- ◆参加費(材料代) 1回300円(第1回、3回の運動研修の参加費はいりません)
- ◆会場・開催時間 各回異なりますので、確認の上ご参加ください。
- ◆申込み方法 申込み締切迄に、ファックス及び電話でお申込み下さい。
年間まとめでの申込みも受け付けます。

申込み・問合せ先

南丹市保健医療課 電話 68-0016 / FAX 63-0653

