

あなたも、 食生活改善推進員 になりませんか？



Q 食生活改善推進員は
どんな活動をしていますか？

A 栄養・食生活に関する正しい知識の普及、食育を通じた健康づくり活動を実施しています。
また会員の資質向上のための研修会も開催します。

Q 食生活改善推進員になるには
どうしたらいいですか？

A 市の栄養教室（食生活改善推進員養成講座）を受講してください。

期間	5月～翌年2月（全10回） 1回あたりの講座 約3～4時間
内容	栄養と健康づくりに関する講義 調理実習、グループワーク
会場	保健センター
費用	調理実習材料費 1500円/年 （調理実習は、期間内に6回実施）

あなたも、 ヘルスボランティア になりませんか？



Q ヘルスボランティアは
どんな活動をしていますか？

A 運動の実践普及、健康づくりに
関する教室の開催、がん検診受診
勧奨などを行っています。
また会員の資質向上のための研
修会も開催します。

Q ヘルスボランティアになるには
どうしたらいいですか？

A 市のヘルスボランティア養成講座
を受講してください。

期間	5月～翌年2月（全10回） 1回あたりの講座 約2時間
内容	病気や運動など健康づくりに関する講義、 血圧測定、心肺蘇生法
会場	保健センター
費用	無料

Q 栄養教室（食生活改善推進員養成講座）や、
ヘルスボランティア養成講座
の募集はいつからですか？

A 毎年4月に募集します。詳細は
広報いみず4月号をご確認ください。
健康づくりに関心のある方の参加をお待ちしています!!



広げよう!つながろう!支えあう地域の輪

問合せ先：射水市保健センター ☎0766-52-7070