



豚汁の振る舞い
(どろんこフェスタin合生)

こどもクッキング

楽しく、元気に
“食改さん”活動中



合志市民まつり



郷土料理教室
(西合志中学校)



一緒に楽しく
活動しましょう

食生活改善推進員養成講座(全6回)

▶対象
市内に住む18歳以上で
6回の講座を受講できる人

▶募集人数 先着20人

▶申し込み方法
7月31日(水)までに
電話かホームページで



▲市ホームページ
(養成講座の詳しい内容も掲載しています)

とき	ところ	内容
9月4日(水)	市役所	開講式
9月25日(水)	ヴィーブル	調理の基本・食品衛生について 調理実習①
10月17日(木)	ヴィーブル	運動について
11月8日(金)	ヴィーブル	本市の現状、生活習慣病について 調理実習②
11月19日(火)	ヴィーブル	食育について 調理実習③
12月5日(木)	市役所	養成講座のまとめ 閉講式

時間は午前9時30分～午後0時30分
(調理実習の場合は午後1時30分まで)

●申し込み・問い合わせ先 健康ほけん課 健康づくり班 ☎096-248-1275



私たちの
仲間を
募集します

健康な食事で市民の幸せを
市食生活改善推進員



全国で健康づくりのボランティア活動を行なっている『食生活改善推進員』。本市では、平成18年4月に推進員協議会が発足し、“食改さん”という通称で親しまれ、こどもから大人まで市民が“食”を通して健康でいられるよう、お手伝いをしています。さまざまな世代を対象とした健康教室や料理教室を開催したり、郷土料理について学び、地域に伝えたりするなど幅広く活動しています。児童館で開く、こども向けの料理教室は人気の講座です。

新型コロナウイルス感染症の影響で縮小していた活動を少しずつ再開する中、このたび“食改さん”の新たな仲間を募集します。養成講座を受講し、健康づくりのための知識や技術を身につけて、一緒に活動しましょう。

食改さんたちの健康食レシピは
広報こうしで毎月紹介しています
(今月は27ページ)



楽しく活動し健康になりましょう

市食生活改善推進員は、現在40人が活動しています。健康づくりの基本である“食”について学び、地域の皆さんに伝えていくという活動は、自らの健康について考えるきっかけにもなります。料理をすること、食べること、会話をすることが好きな仲間たちばかりです。料理教室などの依頼も増えていますので、一緒に活動する“食改さん”が増えることを楽しみにしています。



市食生活改善
推進員協議会
森 涼子会長