

旭川市報道依頼

各報道機関 様

KJ00266353

2024年5月24日

発信課	保健所健康推進課
担当者	幡谷佑樹
連絡先	電 話 23-7816 (直通) 26-1111 (内線2959)
	F A X 26-7733
	E-mail kenkozukuri@city.asahikawa.lg.jp

分 類	イベント・行事 [] 募集 [○] 契約・入札 [] 会議・説明会 [] その他 []
日 程	令和6年5月24日 8時45分 ~ 令和6年6月27日 17時15分
発表項目 (行事名)	令和6年度 旭川市食生活改善推進員養成講座について
概 要 (趣旨・日時・ 場所・内容等を 記入すること。)	食を通した健康づくりのボランティアを募集しています！ 健康づくりや食について学び、ぜひ、あなたも食生活改善推進員 として、ボランティア活動をしてみませんか？ 募集の詳細についてはホームページをご確認ください。 https://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/kurashi/135/194/196/p001766.html (新しいページに移動します) 【申込期限】 令和6年6月27日(木)まで 【申込方法】 電話 23-7816 健康推進課地域健康づくり担当 【講座期間】 令和6年7月から10月までの計9回 【会 場】 旭川市総合庁舎7階大会議室(7条通9丁目)ほか 【対 象 者】 旭川市内に在住で、健康的な食生活や食育に関心がある方(年齢制限はありません) 【教 材 費】 調理実習は1回につき500円のご負担をお願いします。
添付資料	有 ☒ 無 ☐
報道(取材)に当 たってのお願い	
備 考	

食を通した健康づくりのボランティアを募集します！

令和6年度

募集中!

旭川市食生活改善推進員養成講座

期間等

7月から10月までの間で、健康づくりのための食生活や食育に関する講義や調理実習、体操実技などの受講が必要となります。

会場

旭川市総合庁舎 7階 大会議室（7条通9丁目） ほか

対象者

- ◎旭川市内に在住で、健康的な食生活や食育に関心がある方
- ◎受講後、旭川食生活改善協議会へ入会し、ボランティア活動をお願いします。（年齢制限はありません）

教材費

調理実習は1回につき
500円のご負担をお願いします。

募集期限 申込み

6月27日（木）まで
健康推進課地域健康づくり担当
直通電話 23-7816

カリキュラムは裏面
をご覧ください。



『食生活改善推進員』をご存知ですか？

食生活改善推進員（ヘルスメイト）は
「**私達の健康は私達の手で**」を合い言葉に
健康的な食生活について学んだことを自らが実行しながら、家族、
お隣さん、お向かいさん、お友達へと健康の輪を広げるために
食を通したボランティア活動をしています。

旭川食生活改善協議会は地区組織として
調理教室や講習会の開催、イベントの出展
など様々な活動を行っています。

旭川市では令和6年5月1日現在
81名の「食生活改善推進員」が
活動しています。



旭川市食生活改善推進員（ヘルスメイト）などについて、ホームページに掲載しています。
ぜひ、ご覧ください。
（検索方法）旭川市役所トップページ→くらし→健康・福祉・衛生・ペット→旭川市の食育→旭川市食生活改善推進員



令和6年度 旭川市食生活改善推進員養成講座 カリキュラム



☆養成講座を修了するためには、【必須講座】全8回の受講に加えて、＜選択講座＞A～Cの中から1つ以上の受講が必要です。調理実習は、別途教材費（保険料含む）がかかります。
☆欠席された場合は、補講を受けていただく必要があります。

【必須講座】全8回

日 時	内 容 ※講義、運動実技等		
必-1 7月11日（木） 午前9時30分～正午	＜開講式＞ オリエンテーション		
	講義	「食生活改善推進員の制度と活動」 講師：保健所管理栄養士	
必-2 7月18日（木） 午前9時30分～正午	講義 演習	「献立の立て方と食品成分表の使い方」 講師：保健所管理栄養士	
必-3 8月1日（木） 午前9時30分～正午	講義	「旭川市の食育」について 講師：保健所管理栄養士	
	講義	「食品衛生と食環境」について 講師：保健所食品衛生監視員	
必-4 8月8日（木） 午前10時～午後1時	調理 実習	「栄養バランスのとれた食事」～調理の基本～ 講師：保健所管理栄養士	
		教材費 500円	
必-5 9月12日（木） 午前9時30分～正午	講義	「食事バランスガイド」について 講師：保健所管理栄養士	
	講義	「食生活改善協議会の活動」について 講師：旭川食生活改善推進員	
必-6 9月26日（木） 午前9時30分～正午	講義	「健康づくりと運動」 講師：保健所保健師	
	実技	「イス体操とストレッチ」 講師：体操指導員	
必-7 10月3日（木） 午前9時30分～正午	講義 演習	「健康づくりと生活習慣病予防」について 講師：保健所管理栄養士，歯科衛生士	
必-8 10月18日（金） 午前10時～午後12時30分	講義	「仮題：参加者に伝わる「食育」を実践 ～減塩をテーマにした心に残る講習の組み方～」 講師：株式会社 ORANGE kitchen	
		修了式・食生活改善推進員委嘱状交付式 ※食生活改善協議会入会式	

＜選択講座＞ A～Cのうち1つ以上選んでください。

日 時	内 容		教材費
選-A 8月27日（木） 午前10時30分～午後1時30分	調理 実習	「野菜が主役の料理教室～おいしく減塩，からだに安心～」 講師：保健所管理栄養士	500円
選-B 9月19日（木） 午前10時～午後1時	調理 実習	「旭川市地域講習会」 講師：旭川市食生活改善推進員（市委託事業）	500円
選-C 10月10日（木） 午前10時～午後1時	調理 実習	「高齢者の低栄養を防ぐ食事」 講師：保健所管理栄養士	500円