

令和6年度 食生活改善推進員養成講座の概要

回	日付	時刻	時間	内容	講師・担当	場所
初回説明会	11月1日(金)	10:00～10:45	1.5	養成講座説明会 「食生活改善推進員の歴史」 「食生活改善推進員とは」	町保健師 町管理栄養士	健康づくりセンター
		10:45～11:00		講話 「現在の食改の活動紹介」 「食改になったきっかけ」	食生活改善推進員	
		11:00～11:30		質疑応答	町保健師 町管理栄養士 食生活改善推進員	
1	11月8日(金)	10:00～10:15	2.0	開講式、オリエンテーション	町管理栄養士 町保健師	健康づくりセンター
		10:15～11:15		講義 「国民の健康状況と健康日本21」	瀬戸保健所 保健師	
		11:15～12:00		講義 「生活習慣病予防」	町管理栄養士	
2	11月22日(金)	10:00～11:00	4.0	講義 「栄養・調理の基礎知識」	管理栄養士	ランチルーム
		11:00～14:00		調理実習 「ダシを使ったバランスの良い食事」		
3	12月13日(金)	9:30～10:30	2.0	講義 「食品衛生と食中毒予防」	瀬戸保健所職員	健康づくりセンター
		10:30～11:30		講義 「食品表示について」	管理栄養士	
4	12月27日(金)	10:00～11:00	4.0	講義 「年代別食育」	管理栄養士	ランチルーム
		11:00～14:00		調理実習 「離乳食を作ってみよう！」		
5	1月24日(金)	9:30～10:30	2.5	講義 「食生活改善推進員と地区組織活動」	瀬戸保健所健康支援課管理栄養士	健康づくりセンター
		10:30～11:30		グループワーク 「東郷町をよりよい町にするために」	町保健師	
6	1月31日(金)	10:00～11:00	2.0	講義 「健康づくりと身体活動」	健康運動指導士 (TIS)	健康づくりセンター
		11:00～11:30		実習 「運動してみよう」		
		11:30～12:00		講義 「サルコペニアを防ぐ運動と栄養」		
7	2月14日(金)	10:00～10:30	2.0	講義 「食生活の現状と課題」	町管理栄養士	ランチルーム
		10:30～12:00		実習 「バランスガイドを用いた献立作成」		
8	2月28日(金)	10:00～10:30	4.0	講義 「いきいき東郷21」について	町保健師	ランチルーム
		10:30～12:30		調理実習 「バランスガイドを用いた献立の調理実習」	町管理栄養士	
		12:30～13:30		試食・交流会	食生活改善推進員	
		13:30～14:00		閉講式、修了証書授与式	町管理栄養士 町保健師	

* 講座内容は変更する場合がありますのでご了承下さい。
受講時間が20時間に満たない場合は、修了証書をお渡しできません。