

ご自身、ご家族、地域の健やかな食生活のために、私達と一緒に活動しませんか？



2年に1度の  
チャンス！

# 瀬戸市健康づくり 食生活改善協議会養成講座



## 食生活改善協議会とは？

“私達の健康は私達の手で”をスローガンに、食を通じた健康づくりを行うボランティア団体です。赤ちゃんから高齢者までの食育・食生活改善に取り組み、健康寿命をのばし、心身ともに豊かな社会を目指し活動しています。

## 主な活動

- 市が主催する健康づくり事業  
(生活習慣病予防料理教室、離乳食教室)
- 防災クッキングや、地産地消をテーマにした料理教室
- 健康まつり等、  
市民向けのイベントへの参加
- 自主勉強会  
(いのちのスープ、食育推進等)

## どうしたら 食生活改善推進員になれるの？

令和8年度

## 食生活改善推進員養成講座

市が開催する養成講座を修了し、協議会に加入していただくことで食生活改善推進員として活動できます。

日程・カリキュラム 裏面に掲載

場 所 瀬戸市福祉保健センター（やすらぎ会館）

受講料 テキスト代 1,700 円、食品成分表 700 円、調理実習費 2,000 円

対象者 市内在住で、養成講座受講後、食生活改善協議会へ加入し、ボランティア活動ができる方

募集人数 20名（先着順）

申込方法 電話または FAX

申込期間 令和8年7月1日（水）～令和8年8月28日（金）



問い合わせ先

瀬戸市健康課（電話 85-5511 FAX 85-5120）

R7年度栄養教室

野菜たっぷり  
バランスメニュー



ゴロっと野菜でタコライス  
サラダの生春巻き  
もずくスープ  
ほうじ茶風味のわらび餅