

無料

此花区 食育ボランティア養成講座 「保健栄養コース」募集！



受講者の声

- ・食事バランスガイドを考えながら食事をするようになった
- ・急ぎ足で歩いて心拍数を少し上げる習慣がついた
- ・専門家の講話は大変わかりやすく有意義な時間になった

ボランティアの声

- ・お料理のレパートリーが増えた
- ・薄味を意識するようになった
- ・よく噛んで食べるようになった
- ・家族からも好評



対象 区内にお住まいの方（定員20名程度）

日時 夏～秋ごろ 9時30分～12時
9回連続講座 ※広報このはなに詳細掲載予定

場所 此花区役所
講堂や栄養指導室

内容 栄養・運動等、身近な健康づくりに役立つ具体的な知識を学べる講座です。
修了後は食育ボランティア活動に参加もできます♪

お問合せ先

此花区役所保健福祉課 地域保健
2階 22番窓口

☎ 06-6466-9882
詳細や申し込みについて、気軽
にお問合せください。



ゲンキをつくろう！