

保 健 栄 養

コ ー ス

令和
7年度参加費無料
受講者募集中バランスよく
食べてる？

大阪市食育推進キャラクター「たべやん」

栄養、運動等、日常の健康づくりに役立つ具体的な知識を学んでみませんか？
修了後は地域で健康づくりや食育のボランティア活動に参加しましょう♪

日程と講座内容

回	日程	内 容	回	日程	内 容
1	9月12日(金)	開講式、やさしい栄養の話	6	10月17日(金)	高血圧症・骨粗しょう症を予防しましょう
2	9月19日(金)	食事バランスガイド、献立作成	7	10月24日(金)	健康づくりのための運動 
3	9月26日(金)	栄養価計算、計量の仕方 肥満を予防しましょう 	8	10月31日(金)	健康寿命を延ばすための生活習慣 身近な食品衛生
4	10月3日(金)	肥満・脂質異常症・糖尿病を予防 しましょう	9	11月7日(金)	閉講式、全体のまとめ これからすすめる地区組織活動
5	10月10日(金)	食品の表示 第4次大阪市食育推進計画(概 要)とライフステージ別の食育	全9回(6回以上の出席で修了) ※時間はいずれも13:30～16:00		

時間：各回13:30～16:00

対象：区内在住の方

定員：20名(先着順)

会場：浪速区役所3階 集団検診室

申込：8月29日(金)までに電話、窓口、行政オンラインシステムから

浪速区役所 保健福祉課(保健) 3階 34番窓口

☎ 06-6647-9882



令和7年度「健康講座保健栄養コース」参加申込書

(ふりがな)

氏 名 _____

生年月日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

住 所 浪速区 _____

電話番号 () - _____ - _____

本講座は「アスマイル」の
イベント参加ポイント対象です

アスマイル 

行政オンラインシステムは
こちらから



※初回ご利用時にはアカウント作成が必要です