

令和5年4月19日
保健福祉部
健康づくり課指導係

報道機関各位

安中市食生活改善推進員養成講座を開催します

～7年ぶりに「健康大学」開催～

市は、令和5年度食生活改善推進員を養成する「健康大学」を開催します。

食生活改善推進員とは、元気で長生きする健康なまちづくりの推進力となってくれる人です。まず自分の家の食卓を健康なものにし、さらには地域の皆様にも適切な食習慣が定着することを目指し、ボランティア活動を行っています。



現在、生活習慣病の増加などにより、食生活の改善が求められている中、推進員数は年々減少傾向にあります。この健康大学を通じて、住民の健康寿命の延伸や地域の食生活改善の担い手として活躍が期待される推進員の養成を目指します。

- 1.開催期日 令和5年度中に6回
(6月:開講式 7～10月:講義・調理実習等 11月:修了式予定)
- 2.会場 安中市保健センター・安中市文化センター
- 3.対象者 市内在住の40歳から69歳までの人
- 4.募集人数 先着20人(広報あんなか4月1日号に募集記事を掲載)
- 5.内容 生活習慣病等の病態生理、栄養の基礎、食品衛生、骨粗鬆症、フレイル予防、運動と健康についての講義と実技、調理実習

【問い合わせ】

健康福祉部健康づくり課保健指導係
TEL027-382-1111(内線1173)