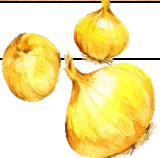
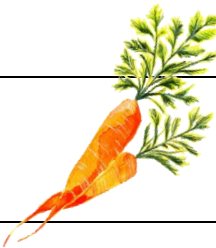


栄養学級

健康に関する知識をつけたい!調理技術が知りたい!地域で食生活改善に取り組みたい!など、食を中心とした基礎知識を学び、地域や家庭などの日常生活で食育を広げてくれる人を養成しています。「見て」、「聞いて」、「作って」、「味わって」、楽しく学んでみませんか?

※ 6 回コースでの受講カリキュラムとなります

	日 程	内 容
1	令和 5 年 8 月 22 日 (火) 9:30~12:00	開講式 松山市の食育の取組と食生活改善推進員の役割 調理の基本~調味料計量・実践~ 
2	9 月 5 日 (火) 9:30~12:00	健康ぞなもし松山!~健康づくりへの取組~ バランスのよい食事と献立の立て方
3	9 月 19 日 (火) 9:30~13:30	食中毒予防・食品表示について 調理説明・調理実習 1
4	10 月 3 日 (火) 9:30~13:30	始めよう!続けよう!運動習慣 調理実習 2 
5	10 月 17 日 (火) 9:30~13:30	生活習慣病予防 世代別!食事ポイント~乳児期から高齢期まで~ 調理実習 3
6	10 月 31 日 (火) 9:30~12:00	お口のケアは健康の源! 食生活改善推進員(ヘルスメイト)の活動について 講座の振り返り・閉講式
その他、家庭での取組も予定しています		

申込方法等の詳細は
裏面をご覧ください

【問い合わせ先】

松山市保健所 健康づくり推進課
〒790-0813 松山市萱町六丁目 30-5
TEL: 089-911-1859 FAX: 089-925-0230
E-mail: shokuiku@city.matsuyama.ehime.jp

栄養学級

受講方法

【対象】 市民 25 名程度

※食生活改善活動を行う意欲がある方。過去に修了した方は受講対象外です。

【場所】 松山市保健所（萱町六丁目 30 番地 5）

【持参物】 筆記用具

調理実習時は、エプロン、三角巾、マスク、参加費（材料費）をご持参ください。

※参加費は、当日に 1 名ずつ実費徴収させていただきます。

【申込方法】 松山市ホームページ「栄養学級」の専用フォームから必要事項を記入してお申込みください。



松山市 栄養学級



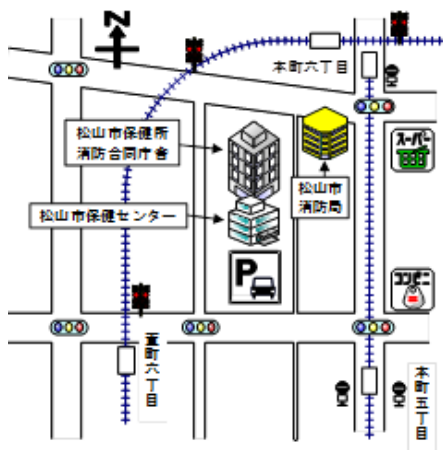
※募集期間終了後、受講の決定をお知らせします。

※専用フォームからの申込みが難しい場合は、
問い合わせ先（089-911-1859）にご連絡ください。

【申込期間】 令和 5 年 7 月 14 日（金）から 8 月 7 日（月）まで（先着順）

【注意事項】

- ・悪天候等により、講座を中止または延期する場合があります。
- ・当日、体調不良の場合は、出席をお控えください。
- ・駐車場に限りがあるため、可能な限り公共交通機関をご利用ください。
- ・お車で来られる場合、近隣の有料駐車場をご利用いただく場合がありますので、ご了承ください。



【問い合わせ先】

松山市保健所 健康づくり推進課
〒790-0813 松山市萱町六丁目 30-5
TEL：089-911-1859 FAX：089-925-0230
E-mail：shokuiku@city.matsuyama.ehime.jp