

# 食生活改善推進員養成講座のご案内

いちのみや  
健康マイレージ  
対象事業です

食べることは健康づくりの第一歩です。あなたも食に関する知識と技術を学んで、自分の健康を見つめ直すとともに、**食に関するボランティア活動**を行う食生活改善推進員の養成講座を受講してみませんか。

## 【日 程】

| 回 | と き               | 講 義<br>9:30～  | 調理実習(テーマ)<br>～14:00   | 14:00～<br>15:00                |
|---|-------------------|---|---|--------------------------------|
| 1 | 10月24日(月)         | 開講式<br>オリエンテーション  | 健康日本21いちのみや計画の紹介<br>健康日本21いちのみや計画における<br>栄養・食生活および食改活動<br>(講義のみ。12:30終了予定。) |                                |
| 2 | 11月18日(金)         | 生活習慣病予防の食事  | バランスのとれた食事  |                                |
| 3 | 12月 2日(金)         | 食品衛生と食中毒予防<br>乳幼児の食事について                                      | 離乳食・幼児食教室メニュー   |                                |
| 4 | 平成29年<br>1月31日(火) | 健康づくりと身体活動<br>運動実技  | カルシウムの多いメニュー<br>～乳製品を使って～   |                                |
| 5 | 平成29年<br>2月27日(月) | 高齢者の低栄養を防ぐ食事  | 高齢者の低栄養を防ぐ食事  | 一宮市の食改活動<br>の話・開講式・<br>各ブロック紹介 |
| 6 | 12月～1月<br>教室開催日   | 食生活改善推進員のボランティア活動見学<br>(9:00～12:00を予定)<br>※日時は講座内にて選択していただきます |   |                                |

\* 必ず6回を通してご参加ください。

**と ころ** 西保健センター

**対 象** 一宮市民で、講座修了後ボランティア活動が可能なる方。  
70歳未満の方。

**定 員** 24名(予約制、定員になり次第しめきり)

**費 用** テキスト代 (1,188円)、実習材料費 (350円×4回)

**申し込み** 9月1日(木)～9月30日(金)まで、西保健センター(☎63-4833)  
にて受け付けます。



## 【広告】

一宮駅西口から徒歩3分(駐車場あり)お気軽にご相談下さい。

### 一宮 綜 合 法 律 事 務 所

「交通事故(人身事故)」「相続・遺言」「債務整理」  
のご相談は無料です。

尾張一宮駅前ビル(1-ビル)夜間・無料・法律相談会 実施中!  
詳細はHP又はお電話でお問い合わせ下さい。  
(毎月1回、完全予約制)

(主な取扱業務(上記以外))  
民事裁判・調停等、債務整理(過払金)、交通事故、離婚、借地・借家、  
不動産事件、中小企業法務、債権回収、労働事件…

一宮総合法律事務所(愛知県弁護士会所属) TEL0586-43-3800  
弁護士 野村 一磨 阿部 裕之  
床谷 明彦 加藤 あい 営業時間:AM9:30~PM5:30  
一宮市神山1-1-6 のびるビル3階 ※詳細はHPをご覧ください。

### あなたの街の身近な法律家

- 相続・贈与による不動産名義変更
- 抵当権設定・抹消 ●裁判手続
- 遺言書作成 ●後見手続
- 多重債務の整理・過払請求など
- 会社設立 ●法律相談・登記相談

愛知県司法書士会所属(第1286号) お気軽に  
ご相談ください。 **(相談無料)**

**司法書士**  
**福井武男事務所**

一宮市新生4丁目4番7号1階  
(一宮駅徒歩8分、一宮年金事務所すぐ東)  
☎0586-48-4250

http://www21.tiki.ne.jp/~zab40233/ 即日訪問可能 駐車場有

★広告の内容に関する問い合わせは直接広告主へお願いします。

次回 平成28年11月1日発行