

しょく(食・職)場づくり講座を開催

健康政策課 内線2477

市民が主体となり、自立した地域食育活動を推進し、孤食の防止や食生活の改善につながるよう、民間企業との共同研究により、食の担い手となる市民食育サポーターの養成を行っています。

しょく(食・職)場づくり講座とは？

食が好きな人、これから地域で活動したい人、地域とつながりたい人に役立つ「食や栄養のこと」「地域活動の情報」をグループワークで学べる講座です。「新しい生活様式」を取り入れた地域活動についていっしょに考えてみませんか？

とき・テーマ・参加費 各回2回開催(内容は同じ) ①10時～12時、②13時～15時

＜地域編＞ 参加費:無料 地域活動をはじめのためのノウハウが学べます。		＜食育編＞ 参加費:1,000円/1回 調理実習を通して栄養や家庭で実践できる知識を学べます。	
とき	テーマ	とき	テーマ
10月21日(水)	食の場づくりに必要な保健・衛生の知識を学ぶ	10月30日(金)	何歳でも必要な「運動&たんぱく質とカルシウム摂取」を継続する方法
11月20日(金)	地域の協力者・パートナーとのつながり方を学ぶ	11月26日(木)	旬の味覚を楽しむ手作り調味料「毎日食べたい美味しい玉ねぎ」
12月10日(木)	地域で活動場所を確保する方法を学ぶ	12月22日(火)	多年代で楽しめる「見栄える食卓づくり」

ところ いろは遊学館 **定員** 各回10人(先着順) **持ち物** 筆記用具、飲み物、手拭きタオル、マスク着用

申込み・問合せ 講座開催日の1週間前までに申込みフォームまたは、名前・性別・年齢・携帯番号・お住まいの地区名・参加希望日と時間枠(①または②)を記入のうえ、メールでハウス食品グループ本社株式会社へハウス食品グループ本社株式会社(新規事業開発部(担当:酒井・渡辺))

✉ kanako-sakai@housefoods.co.jp ☎080(8939)3309



◀ 申込みフォーム

しょく(食・職)場づくり活動を通じて、なりたい「私」



- ①一日一日を大切にする私
- ②人のことを思いやれる私
- ③おだやかで、一緒にいて安心できる私
- ④優しい私 ⑤いろいろなことにチャレンジする私
- ⑥何歳になっても人様のお役にたてる私
- ⑦人の魅力を輝かせる私
- ⑧美味しいものを食べて笑顔を分け合える私
- ⑨笑顔が生まれる関係をつくる私

⑩いろは遊学館で「みんなでごはん!」 ⑪小さいお子さん、パパママに寄り添いながら居心地の良い遊びの広場を一緒に作って成長していきたい ⑫年齢を重ねても、楽しく歌ったり動いて、元気に暮らしたい ⑬働き盛りの生活習慣病予防から高齢者の介護予防まで、皆さんの栄養支援をしたい ⑭料理を通じて社会貢献したい人、募集!「大根の会」 ⑮いつまでもボランティアに参加できる、元気な私でいたい ⑯ボランティアは何歳でも自分を成長させてくれる場です ⑰優しい私でいたい

