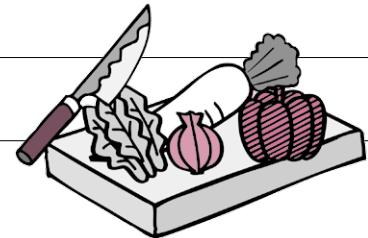


食生活改善推進員養成講座の実施について

食生活改善推進員は、食育や健康づくりの両面から、意識を高めていくことを目的に、市のイベントや地域の中で食のボランティア活動を続けています。

この講座では、健康な食事について正しい知識と技術を学び、市のイベントや地域での活動に参加できる食生活改善推進員を養成しています。平成31年度の実施予定は次のとおりです。お気軽にご参加ください。（※申込み方法など詳細については1月1日号広報ひろさきに掲載します。）

日 程	2月4日(火) 2月14日(金) 2月18日(火) 2月28日(金) (全4回)
場 所	弘前市保健センター（弘前市野田2丁目7-1 電話37-3750 時間 9:30～15:30（但し初日のみ午後1時から4時まで）
内 容	生活習慣病予防・地区活動についての講義、調理実習、栄養価計算等
受講にかかる費用	テキスト代・食品成分表代
受講資格・その他	受講資格：全日程に参加でき、養成講座終了後ボランティア活動に参加できる市民の方 定員25名（託児室あり）
修了証書・食生活改善推進員辞令	全講座10単位（おおむね20時間）受講された方に交付いたします。



市民の健康まつり

と き：平成31年(2019年)7月14日(日)

と こ ろ：ヒロ口3F及び4F市民ホール
(弘前市駅前町9-20)

主 催：弘前市・(一社)弘前市医師会

共 催：(一社)弘前歯科医師会・(一社)弘前薬剤師会



各種相談、体験、検査コーナーなどたくさん
のイベントがあります。

子どもからお年寄りまで楽しめますので、ご
家族みなさんでご参加ください。

内容の詳細は、広報ひろさきや市ホームページ
などでお知らせします。