

令和6年度 弘前市食生活改善推進員研修会



すべて申込みが必要です。

申込方法

電話またはEメール・FAXでお申込みください。

申込先

弘前市健康増進課 健康づくり総合推進係 担当:小山内
 (電話) 37-3750 (受付時間 平日8:30~17:00)
 (FAX) 37-7749 / (Eメール) sat2-osanai@city.hirosaki.lg.jp

その他

申込の受付は随時行っております。申込締切日までに**必ず**お申込みください。

実施日	時間	地区別	内 容	場所	申込締切 (参加費)	主催
4月 16日(火)	13:30~ 15:30	全地区 (申込制)	弘前市食生活改善推進員会総会 並びに研修会 ・弘前市健康とまちのにぎわい創出事業について ・おいしく食べておなか痩せ 「スマート和食」	ヒロロ4階 弘前市民文化交流館ホール		総会:食生活改善推進員会 研修会:弘前市
5月	17日(金) 10:00~ 13:00	全地区 (申込制)	(調理実習) 県農林水産部総合販売戦略課地産地消グループ だし活+だす活レシピ集より	弘前市保健センター	5月10日(金) (無 料)	弘前市
	17日(金) 夜の開催 17:40~ 20:00					
6月 18日(火)	11:00~ 13:00	全地区 (申込制)	(試食会) 弘前市食生活改善推進員会×花王コラボレシピ スマート和食 試食会 (講義) あと70g手軽に野菜を増やすコツ	弘前市保健センター	6月11日(火) (無 料)	弘前市
7月	10日(水) 10:00~ 13:00	全地区 (申込制)	(調理実習) 日本食生活協会発行 「おやこの食育教室」レシピより	弘前市保健センター	7月3日(水) (400円)	食生活改善推進員会
	10日(水) 夜の開催 17:40~ 20:00					
9月	8日(日)	全地区 (申込制)	(調理実習) 日本食生活協会発行 「生涯骨太クッキング」レシピより	弘前市保健センター	9月2日(月) (400円)	食生活改善推進員会
	9日(月)					
10月	未定	全地区 (申込制)	研修旅行 詳細が決まり次第、ハガキでお知らせします。	未定	未定	食生活改善推進員会
11月	1日(金) 10:00~ 13:00	全地区 (申込制)	(調理実習) 健康講座のおすすめレシピ フレイル予防・簡単野菜料理	弘前市保健センター	10月25日(金) (無 料)	弘前市
	1日(金) 夜の開催 17:40~ 20:00					
12月 11日(水)	10:00~ 12:00	全地区 (申込制)	(試食・調理説明) こどもと作る手作りおやつ (講義) 第3次健康ひろさき21について	弘前市保健センター	12月4日(水) (無 料)	弘前市
1月	15日(水)	全地区 (申込制)	(調理実習) ワンプレートでヘルシーランチ 1食600kcal以下のおもてなし料理	弘前市保健センター	1月8日(水) (無 料)	弘前市
	18日(土)					

健やか協力隊員養成研修会

個別に案内文を郵送いたします。

9月	未定	未定	全地区 (申込制)	健やか協力隊員養成研修会	未定	(無 料)	弘前市
----	----	----	--------------	--------------	----	-------	-----