市民センターだより原稿（例示）

**小倉南区 食生活改善推進員養成教室のお知らせ**

**ヘルスメイト大募集！**

食生活改善推進員（通称ヘルスメイト）とは、地域のみなさんの食を通じた健康づくりをしていただくボランティアです。

**◆対象** 食生活改善のボランティア活動ができる方

**◆日程 【全６回】**9:30～１２:00（調理実習がある日は１３時まで）

　　　　　　　　　　　※第２回は９時３０分～１５時３０分

　　令和7年 10/24(金) , 11/20(木) ,12/19(金)

　　令和8年1/23(金), 2/27(金), 3/9(月)

**◆会場** 小倉南生涯学習センター(小倉南区若園5-1-5)

　　　 　 ※11/20(木)は 北九州市立生涯学習総合センター

**◆内容** 栄養の基礎知識などに関する講話、調理実習等

**◆募集** 20名程度(年齢不問)

**◆申込み方法** 小倉南区役所保健福祉課へ、お電話でお申込み下さい。

**◆申込み・問合せ先**

小倉南区役所保健福祉課　担当：栄養士　℡093-951-4125





