

# 令和8年度長崎市 食生活改善推進員 (食改さん) 養成講座

## 受講生 募集

～私たちの健康は私たちの手で～

食生活改善推進員は、地域の公民館などで料理教室を開催したり、イベントで健康的な食生活に関する情報を発信するなど、地域のかたの健康を応援するボランティアです。

### 講座日程

- ① 9月 3日 (木)
- ② 9月 15日 (火)
- ③ 10月22日 (木)
- ④ 11月 5日 (木)
- ⑤ 10月～11月  
(初回受講後、決定予定)
- ⑥ 12月18日 (金)

時間 午後1時～4時30分

### 場所

市役所2階 市民利用会議室、  
中央公民館

### 対象

- ・6回の講座すべてを受講できるかた
- ・講座終了後、食生活改善推進員としてボランティア活動できる方

### 定員

20人 ※定員を超えた場合は抽選

### 内容

講話・調理実習等

### 応募方法

下記番号へ電話  
または  
二次元コードから。



### 申込締切

8/20 (木)



長崎市中心総合事務所 地域福祉課

☎ 829-1429

長崎市東総合事務所

地域福祉課

☎ 813-9001