

令和5年度 食生活改善推進員養成教室日程表

実施区	門司区役所	小倉北区役所	小倉南区役所	若松区役所	八幡東区役所	八幡西区役所	戸畑区役所	
実施会場	門司区役所・別館	小倉北区役所・東棟3階	小倉南生涯学習センター	若松区役所・東棟4階	八幡東区役所・東別館	八幡西区役所・3階	戸畑区役所・2階	
開始時間	9:30~	9:30~	9:30~	9:30~	9:30~	9:30~	9:30~	
1	開講式・オリエンテーション 食生活改善推進員とは 地区組織活動 健康づくりと健康日本21 食生活の現状と課題 他	10月26日(木)	10月23日(月)	10月19日(木)	10月26日(木)	10月26日(木)	10月16日(月)	10月27日(金)
2	健康づくりと身体活動 休養・ストレス 食品衛生と生活環境保全	11月6日(月)	11月6日(月)	11月6日(月)	11月6日(月)	11月6日(月)	11月6日(月)	11月6日(月)
3	栄養の基礎知識 調理の基本 調理実習①	11月30日(木)	11月27日(月)	11月30日(木)	11月16日(木)	11月30日(木)	11月20日(月)	11月30日(木)
4	食事バランスガイド 対象別食育① 調理実習②	12月21日(木)	12月18日(月)	12月21日(木)	12月21日(木)	12月14日(木)	12月18日(月)	12月21日(木)
5	対象別食育② 健康づくりと生活習慣病① 調理実習③	1月25日(木)	1月22日(月)	1月18日(木)	1月24日(水)	1月18日(木)	1月15日(月)	1月18日(木)
6	健康づくりと生活習慣病② 生活習慣病予防の食生活①	2月22日(木)	2月19日(月)	2月15日(木)	2月15日(木)	2月15日(木)	2月19日(月)	2月15日(木)
7	生活習慣病予防の食生活② 閉講式	3月7日(木)	3月18日(月)	3月13日(水)	3月7日(木)	3月14日(木)	3月11日(月)	3月14日(木)

【集中講義】

第2回 ◎日 時 11月6日(月) 9:30~12:00 ◎会場 生涯学習総合センター(小倉北区大門1-6-13)3階ホール