

受講料無料

令和8年度

健康づくり

ボランティア養成講座 参加者募集

健康の大切さを伝えるボランティアとして活動しませんか？

講座修了後「泉佐野市食生活改善推進協議会」または「いずみさのみんなの健康づくり応援団」にて活動していただけます。

日程	内容	講師
①5月7日(木)	ボランティアについて学ぼう 健康推進課拠点のボランティアの紹介	保健師 管理栄養士
②5月14日(木)	泉佐野市の現状を知ろう	保健師 管理栄養士
③5月21日(木)	健康づくりの3本柱「食事」について学ぼう 食中毒や正しい手洗いについて学ぼう 自分に合ったバランスの良い食事を作って食べよう 年代別の食事について学ぼう 栄養計算や食材の計算方法にチャレンジしよう	管理栄養士
④6月4日(木)	健康づくりの3本柱 「休養」と「運動」について学ぼう	保健師 健康運動指導士
⑤6月11日(木)	修了式	保健師 管理栄養士



泉佐野市食生活改善推進協議会

家族・地域の健康増進、食育推進活動をしているグループです。
「野菜あともう一皿100g」や「適塩」の普及啓発を行い、生活習慣病予防の大切さを伝えています。
子どもクッキングや男の料理教室などの調理実習、地域のイベントを通して、食育活動をしたり、食品ロス削減に向けた取り組み・啓発も行っています。メンバーは24名です。
50歳代から80歳代まで幅広い年代の方が活躍中。
ぜひ、見学にお越しください。



いずみさのみんなの健康づくり応援団

市民の皆さんの健康を応援するグループです。
地域に出かけて手作りの健康紙芝居で介護予防の大切さを伝えています。
BCG予防接種の待ち時間に食事バランスガイドや受動喫煙のチラシを配布し、お父さんを含むご家族の食生活のアドバイスや受動喫煙について啓発しています。また、健康イベントで折り紙の「こま」などを作成し、参加者と楽しく交流を図っています。
メンバーは13名です。ぜひ一緒に活動しましょう。

開催日 5月7日(木) から 全5回
時間 13:30~15:30 (③のみ 10:30~15:00)
場所 健診センター 市役所本庁舎南側 (③のみ生涯学習センター)
対象者 泉佐野市在住の方
定員 25名
 ※申込み後、台風等で「警報」が発令された場合や感染症の流行等により中止または延期する場合がございます。その際にご連絡させていただきます。

申込み 072-463-1212

泉佐野市 健康推進課