



受講者募集

厚木市食生活改善推進員

(あつぎ食育アドバイザー)

養成講座



養成講座で食の豊富な知識と調理の技術を身につけて、食生活改善や食育の推進を地域で行う**市民ボランティア**のことです。

養成講座終了後、厚木市食生活改善推進団体「厚味会」へ入会し、厚木市食生活改善推進員(あつぎ食育アドバイザー)として活動していただきます。

※ 資格取得講座ではありません



市HPIはこちら



養成講座お申込み

対象 市内在住の18歳以上の方で次の要件を満たす方
①ボランティア活動ができる(将来的にできる)
②養成講座に8割以上出席できる

定員 各コース 16人(応募多数の場合、抽選)
※ 託児あり(1歳以上小学3年生以下)各コース5人(抽選)

講座内容 地域での食生活改善に必要な栄養や食生活などに関する講義、調理実習

会場 あつぎ市民交流プラザ(アミューあつぎ6、7階)等

費用 2,500円(食材費一部、テキスト代など)

申込期間 7月15日(水)～8月7日(金)

申込方法 電子申請システムから申込み

問合せ先 厚木市健康医療課 健診・予防係
〒243-0018 厚木市中町1-4-1 厚木市保健福祉センター2階
TEL(046)225-2201 (平日9時00分～17時00分)

電子申請



厚木市食生活改善推進員(あつぎ食育アドバイザー)養成講座日程

No.	日程	前期・内容(託児付き)
1	9/2(水) 10:00~12:00	■開校式、オリエンテーション ●講義 国民の健康状態と健康日本21、食育推進基本計画
2	9/4(金) 10:00~12:00	●講義 栄養の基礎・栄養バランス
3	9/9(水) 10:00~13:00	●講義 食品衛生 ◆調理実習① だしのとり方、計量 家族のためのバランスのとれた食事
4	9/11(金) 10:00~12:00	●講義 食品成分表
5	9/16(水) 10:00~13:00	●講義 食生活ボランティアと地域活動① ◆調理実習②
6	9/18(金) 10:00~12:00	●講義 食生活の現状と課題、生活習慣病予防
7	9/29(火) 10:00~12:00	●講義 運動と食事 ◆実技 健康づくりと運動
8	10/2(金) 10:00~13:00	●講義 食育 ◆調理実習③子どもの食事
9	10/6(火) 10:00~13:00	●講義 食生活ボランティアと地域活動② ◆調理実習④
10	10/16(金) 10:00~12:00	■修了式 ◆修了記念 キッチンライブ(秋の味覚を堪能! 素敵なおもてなし料理)



No.	日程	後期・内容(託児付き)
1	11/6(金) 10:00~12:00	■開校式、オリエンテーション ●講義 国民の健康状態と健康日本21、食育推進基本計画
2	11/11(水) 10:00~12:00	●講義 栄養の基礎・栄養バランス
3	11/13(金) 10:00~13:00	●講義 食品衛生 ◆調理実習① だしのとり方、計量 家族のためのバランスのとれた食事
4	11/18(水) 10:00~12:00	●講義 食品成分表
5	11/27(金) 10:00~13:00	●講義 食生活ボランティアと地域活動① ◆調理実習②
6	12/2(水) 10:00~12:00	●講義 食生活の現状と課題、生活習慣病予防
7	12/4(金) 10:00~12:00	●講義 運動と食事 ◆実技 健康づくりと運動
8	12/9(水) 10:00~13:00	●講義 食育 ◆調理実習③子どもの食事
9	12/16(水) 10:00~13:00	●講義 食生活ボランティアと地域活動② ◆調理実習④
10	12/23(水) 10:00~12:00	■修了式 ◆修了記念 キッチンライブ (食卓がワンランクアップ! 素敵なクリスマスメニュー)



- ★講座の時間は予定です。状況により講座時間は前後する可能性があります。
- ★会場はあつぎ市民交流プラザ(アミューあつぎ)です。
- ★中町立体駐車場をご利用の方は、1時間分の補助があります。