

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

厚木市食生活改善推進員(あつぎ食育アドバイザー)は
食生活の改善や食育の推進を行うボランティアです。

講座の内容

講義

市管理栄養士が講師となり、食や栄養に
まつわる知識をお勉強します。

調理実習

技術、衛生面も基礎からしっかり学びます。

修了記念ライブキッチン

市内の人気料理教室の先生が考案したメニューを
ライブキッチン形式で堪能♡



受講者募集中！

詳細は中面または市HPをご確認ください。



厚木市食生活改善推進員（あつぎ食育アドバイザー） ってなに？

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」へ入会する
ことで、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
活動することが出来ます。

※ 資格取得講座ではありません

まずは、あなた自身の食生活について学んでみましょう。
男性や子育て中の方もふるってご応募ください♪



市内で人気の料理教室の先生が魅せる、
オシャレなおもてなし料理。
特別な日におすすめメニューをご紹介します

—— 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）5人（抽選）

講座内容

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)、
厚木市保健福祉センター

費 用

2,000円（食材費一部、テキスト代など）

申込期間

7月1日（火）～7月31日（木）

申込方法

- ①講座予約システム（LINE）から申込み
（講座番号 前期：00364、後期：00382）
- ②同チラシの申込書に必要事項を記入の上、郵送（7月31日必着）
又は健康医療課窓口（厚木市保健福祉センター2階）に提出

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）

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	(講座番号: 00364) 前期・内容(託児付き)
1	9/3(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	9/10(水) 10:00~12:00	●講義 栄養の基礎・栄養バランス
3	9/17(水) 10:00~13:00	●講義 食品衛生、食環境保全 ◆調理実習① 家族のためのバランスのとれた食事
4	9/19(金) 10:00~12:00	●講義 食品成分表
5	10/1(水) 10:00~13:00	●講義 冷凍の上手な利用方法 ◆調理実習② 働くオトナの食事
6	10/6(月) 10:00~12:00	●講義 食生活の現状と課題、生活習慣病予防
7	10/10(金) 10:00~12:00	●講義 運動と食事 ◆実技 健康づくりと運動
8	10/15(水) 10:00~13:00	●講義・調理実習③ 食生活ボランティアと地域活動
9	10/22(水) 10:00~13:00	●講義 食育 ◆調理実習④ 子どもの食事
10	10/24(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	(講座番号:00382) 後期・内容(託児付き)
1	11/5(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	11/12(水) 10:00~12:00	●講義 栄養の基礎・栄養バランス
3	11/19(水) 10:00~13:00	●講義 食品衛生、食環境保全 ◆調理実習① 家族のためのバランスのとれた食事
4	11/20(木) 10:00~12:00	●講義 食品成分表
5	11/26(水) 10:00~13:00	●講義 冷凍の上手な利用方法 ◆調理実習② 働くオトナの食事
6	12/3(水) 10:00~12:00	●講義 食生活の現状と課題、生活習慣病予防
7	12/5(金) 10:00~12:00	●講義 運動と食事 ◆実技 健康づくりと運動
8	12/10(水) 10:00~13:00	●講義・調理実習③ 食生活ボランティアと地域活動
9	12/12(金) 10:00~13:00	●講義 食育 ◆調理実習④ 子どもの食事
10	12/17(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)

沢山のご応募
お待ちしております♪



★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)と厚木市保健福祉センターです。
★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。

令和7年度厚木市食生活改善推進員（あつぎ食育アドバイザー） 養成講座申込書

令和7年 月 日

フリガナ 氏名		男 女 答えたくない	生年月日	昭和・平成 年 月 日	年齢	歳
電 話	— —	メール アドレス				
住 所	〒243- 厚木市					
現在行っている ボランティア活動等						
希望の 受講コース (希望の方は 託児の有無を ご選択ください)	第1希望		第2希望			
	☐ 前期 ☐ 後期 (託児 あり ・ なし) ありの場合 (氏名：) (生年月日： 年 月 日)		☐ 前期 ☐ 後期 (託児 あり ・ なし) ありの場合 (氏名：) (生年月日： 年 月 日) ☐ 受講を希望しない			
応募の動機						
ボランティア活動			できる 将来的にできる			
本申込みの事実確認のため、厚木市職員が、住民基本台帳等を閲覧し確認することを承諾します。 署 名						

※ 本申込書は、養成講座受講者募集に係る情報として収集しており、その他の目的
には一切使用いたしません。