

## 平成29年度 白鷹町健康づくり推進員養成講座カリキュラム

回数	月日	内 容 と 講 師				持 ち 物
1	5. 29 (月)	9:30～ オリエンテーション	10:00～ 開講式	10:30～12:00 国・県・町の健康の現状 保健師	13:00～15:00 国・県・町の健康増進計画 保健師・栄養士	筆記用具 昼食代500円
2	6. 27 (火)	9:30～10:20 元気いっぱい子どもの健康づくり 保健師	10:30～12:50 子どもの食事・実習・試食 栄養士	13:00～15:00 お口の健康とブラッシング 歯科衛生士		テキスト・ファイル・筆記用具・実習費300円 エプロン・三角巾 手鏡・歯ブラシ
3	7. 27 (木)	9:30～10:20 心もいきいき働き盛りの健康づくり 保健師	10:30～12:50 働き盛りの食生活・実習・試食 栄養士	13:00～15:00 食育と食事バランスガイド 栄養士		テキスト・ファイル・筆記用具・実習費300円 エプロン・三角巾
4	8. 30 (水)	9:30～10:45 素敵に年をかさねる高齢期の健康づくり 保健師	10:50～12:50 高齢期の食生活・実習・試食 栄養士	13:00～15:00 食品成分表の使い方 栄養士		テキスト・ファイル・筆記用具・実習費300円 食品成分表・計算機
5	9. 29 (金)	9:30～11:30 暮らしの中の食品衛生 栄養士	10:40～13:50 献立をたててみよう 栄養士	14:00～15:00 こころの健康づくり 保健師		テキスト・ファイル 筆記用具・昼食(昼食代) 食品成分表・計算機
6	10. 27 (金)	9:30～10:30 健康づくりと生活習慣病 保健師	10:40～12:50 生活習慣病予防の食生活・実習・試食 栄養士	13:00～15:00 運動とアクティブガイド 健康運動指導士		テキスト・ファイル 筆記用具・エプロン 実習費300円 三角巾・運動できる服装
7	11. 30 (木)	9:30～11:00 健康づくり推進員活動について 健康づくり推進員・保健師・栄養士	11:00～ 閉講式			テキスト・ファイル 筆記用具

\* カリキュラムの内容は講師や会場、天候の都合により変更になる場合もあります。

\* 実習費につきましては1回300円とし、後半で調整させていただきます。

\* 欠席の場合は、準備の都合上早めに健康福祉課健康推進係 電話86-0210 までご連絡下さい。