

栄養学級

参加者募集のお知らせ

愛南町では、食と健康に関心のある方、地域でのボランティア活動に関心のある方等を対象に、食を通した健康づくりのための基礎知識や調理技術、運動実技などを学ぶ【栄養学級】を開催します。

ご自身の健康とともに家族や地域の健康を考えてみませんか？ お気軽にご参加ください。

1. 期 間： 令和2年8月～12月まで（6回コース）

1回 8月26日（水）13:30～15:30
2回 9月8日（火）13:30～15:30
3回 9月25日（金）10:00～15:00
4回 10月23日（金）10:00～15:00
5回 11月25日（水）10:00～15:00
6回 12月25日（金）10:00～15:00



※3～6回は10:00～ 調理実習を行います

2. 場 所： 城辺保健福祉センター（県立南宇和病院 となり）

3. 定 員： 10名程度（先着順）

4. 内 容： 栄養に関する講話・調理実習・運動実習など
（栄養の基礎知識・食品衛生について・手軽にできる体操など）

5. 参 加 料： 無料

6. 申込み方法： 8月13日（木）までに下記まで申込みください。

*** 問い合わせ先 ***

愛南町 保健福祉課

（城辺保健福祉センター）

担当：栄養士 TEL 73-7400