



食育ボランティア人材養成講座

※当講座は「静岡シズンカレッジ こ・こ・に」の専門課程です

いつまでも健康であるために、食生活はとても重要です。
「食」について学び、「食育ボランティア」として活動してみませんか！？



“食育ボランティア人材養成講座”ってどんな講座？



食の「大切さ」や「楽しさ」の普及を目的に、栄養士から食に関する知識、健康運動指導士から自宅でする簡単な体操などについて、楽しく学ぶ講座です。

また、実際に市民の皆様へ食のボランティア活動を行っている団体（静岡市食生活改善推進協議会）による活動紹介など、講義や調理実習等を通して身近な食を見直し・学び直すことができます！令和6年度は、ホテルシェフによる講話や試食などが体験できます。



講座終了後は・・・

市民の皆様への食育活動を支援する“ボランティア活動”を広げていくことを目的としています。

静岡市食生活改善推進協議会も食に関するボランティア団体の一つです。

当講座は「静岡市食生活改善推進員養成講座」も兼ねており、終了後に静岡市食生活改善推進協議会に入会（会費あり）し、食生活改善推進員として、食に関するボランティア活動をしていただくことができます。



健康三戦士
栄養士

ぜひ、市の食育推進事業にご理解・ご協力をお願いします！
申込先や日程などについてはチラシの裏面をご覧ください。

※「静岡シズンカレッジ こ・こ・に」とは？

市民と行政との協働によるまちづくりを担うシズンシップに富んだ人材の養成を目指すしくみです。地域で活動する人材を養成する総合過程と、福祉や環境など分野別に人材を養成する専門課程を設定しています。

【問合せ】
静岡市保健福祉長寿局
健康福祉部
健康づくり推進課 総務係
☎054-221-1571

<募集・申込方法など>

- ◆募集人数：30人（18歳以上で市内に在学・在勤している人・高校生を除く）
※講座終了後、食育ボランティアとして活動してみたいという意欲のある人



- ◆受講料：1,000円（受講料の返金はできませんのでご了承ください）

- ◆申込期間：令和6年6月6日（木）～ 7月12日（金）まで延長

※申込順のため定員になり次第、受付を終了します

お電話、お待ちしております！

- ◆申込み先

静岡市役所 健康づくり推進課 054-221-1571



健康三戦士
栄養士

<日程・内容>

講義内容	日程	会場
【第1回】開講式 ・オリエンテーション ・食品衛生について	令和6年7月29日（月） 13:30~15:30	城東保健福祉エリア保健福祉複合棟 3階 （葵区城東町）
【第2回】 ・食事バランスガイドについて ・献立のたて方の基礎を学ぶ	令和6年8月30日（金） 13:30~15:00	南部保健福祉センター （駿河区曲金3丁目）
【第3回】 ・健康運動指導士による簡単な体操など ・献立の検討	令和6年10月15日（火） 13:30~16:00	清水保健福祉センター （清水区渋川2丁目）
【第4・5回】※各区健康支援課 開催講座 ・食生活サポート講座 ・元気で長生き栄養講座	令和6年8月~12月 ※詳細は受講者へお知らせします	市内各保健福祉センター等
【第6回】 ・献立作成～発注の基礎の実践 ・食育ボランティア活動についての紹介	令和6年11月1日（金） 10:00~12:00	南部保健福祉センター （駿河区曲金3丁目）
【第7回】 ・調理実習、試食（グループワーク） ※第6回で決定した献立を作る	令和6年12月17日（火） 10:00~12:30	清水保健福祉センター （清水区渋川2丁目）
【第8回】 ・ホテルシェフによる生活習慣病予防の講話と試食	令和7年1月中旬頃 開催予定	※開催場所は決定次第 お知らせします
【第9回】閉講式 ・静岡市食育推進計画について ・食育ボランティア活動について	令和7年1月31日（金） 13:30~15:30	城東保健福祉エリア保健福祉複合棟 2階 （葵区城東町）

☆都合により、講座の日程・時間・内容等変更になる場合があります