




ヘルスメイト 食生活改善推進員 大募集

『食』を通して地域の健康づくりを
推進するボランティアです♡



男性・若者
大歓迎!!

養成教室の内容

『食』や『健康』に関する講義や調理実習を
全7回開催

対象

- ・養成教室終了後、ボランティア活動に参加
できる方
- ・料理経験がない方など、どなたでも参加で
きる内容です!

ヘルスメイトの 活動内容

- ・学校等で「朝食の大切さ」や「簡単にでき
る調理実習」などの伝授
- ・量販店等で、減塩食や災害食の調理講習
など様々な活動をしています♪

【お申し込み・問い合わせ先】

土佐市健康づくり課:088-852-1113

いの町(伊野支部)ほけん福祉課:088-893-3811

いの町(吾北・本川支部)住民福祉課:088-867-2300

仁淀川町健康福祉課:0889-35-0888

佐川町健康福祉課:0889-22-7716

越知町保健福祉課:0889-26-3211

日高村健康福祉課:0889-24-5197

