

令和8年度

食と健康づくりを学ぶ

# 東区ヘルスマイト養成教室

ヘルスマイトは「私達の健康は私達の手で」をスローガンに  
食を通じた健康づくりを行うボランティアです。

日程

全7回

5月 13日(水)・18(月)・25日(月)

6月 3日(水)・10日(水)・17日(水)\*・22日(月)

時間

13:30～16:00  
\*6月17日(水)のみ9:30～15:00

場所

東区保健福祉センター  
福岡市東区箱崎2丁目54-27

料金

無料

対象者・定員

先着40名  
東区在住でボランティア活動に参加できる方

内容(一例)

栄養の基礎知識、健康づくりの基本、生活習慣病の概要、食育の推進、  
暮らしの食品衛生、コミュニティ活動等(調理実習、運動実技あり)



申込・問い合わせ先

TEL:092-645-1078

FAX:092-651-3844

東区保健福祉センター健康課  
担当:管理栄養士

申し込み受け付けは  
4月6日から