

「食べて花まる」健康講座



ちから

わたしたちが元気で健康に生きていく力を身につけるために
『食べること』について、健康講座を通して楽しく学んでみませんか

■実施期間：令和4年5月～令和5年2月末

先着順で全35回（土・日・祝日は要相談）

■対象：市民

※新型コロナウイルス感染拡大に伴い、延期もしくは中止となる場合があります。

■実施内容：講話

・下記テーマから対象者にあつた1～3の中のひとつを選択する

	テーマ
1	《 生活リズムと食事 》 早寝・早起き・朝ごはん
2	《 郷土料理・地産地消について 》 花巻の食を見直そう
3	《 栄養バランスの良い食事 》 何をどれだけ食べればいいのか？

■会場：小中学校、高等学校、振興センター等

■講師：健康づくり課栄養士

■費用：無料

■備考：新型コロナウイルス感染予防について各自対策をお願いいたします

《問い合わせ》

健康づくり課 「食べて花まる」健康講座 担当者 加藤

住所：〒025-0055 花巻市南万丁目970-5

電話：0198-41-3608 FAX：0198-23-3122

申込書は裏面にあります



【 令和4年度「食べて花まる」健康講座の申し込み 】

名 称	
所在地	
電話番号	
担当者名	

■実施内容

- ・希望するテーマの番号をご記入ください。 → 【 】

■開催期間

令和4年5月～令和5年2月末まで（土・日・祝日は要相談）

希望日をご記入ください。日程調整をさせていただきます。

※希望日時が日程により対応できない場合があります。予めご了承ください。

- ・第1希望 月 日（ ） 時から 時まで
- ・第2希望 月 日（ ） 時から 時まで
- ・第3希望 月 日（ ） 時から 時まで

■実施場所 【 】

■参加人数

- ・当日の受講人数は何名の予定ですか？ → 【子ども 名／大人 名】

■確認事項

◀ ありがとうございます。後日、担当者様へご連絡いたします。 ▶