

活動内容

【勉強会】

- ・減塩料理、減塩みそづくり
- ・県産海産物を使った料理
- ・外部講師による健康講座
- ・管外研修(バスで工場見学など)

【普及活動】

- ・親子料理教室
- ・男性料理教室
- ・地域サロンで減塩みそ講座
- ・地域イベントで食事提供



食生活改善推進会 養成講座

筋肉量や体脂肪量がわかる体組成測定や
塩分摂取量がわかる尿検査なども実施予定♪

令和7年1月～3月
開催予定!

～管理栄養士による食育講座～

生活習慣病予防の食事や子どもの食事など
自分のため、そして家族のために学べる講座です。

運動(実践)、調理実習、講義など
全日程8回を予定しています。

詳しい講座の日程は、広報誌「アクティブ新宮」にて周知します。

*この講座を受講すると、新宮町食生活改善推進会の正会員になります。
未受講者でも、食進会に登録できます。その場合は準会員になります。