

募集しまあ！食生活ボランティア☆

平成23年度

食生活改善推進員(ヘルスマイト)養成講座のお知らせ

ご家庭や地域で食生活を応援してくれるボランティアを募集します

子どもの頃からのバランスのとれた食事と定期的な運動習慣が、生活習慣病予防の鍵になります。そのため、下野市では、健康づくりサポーター「食生活改善推進員」が地域で活躍し、様々な健康づくりに協力しています。

あなたも食生活改善推進員(ヘルスマイト)養成講座に参加してみませんか。

●対象者

下野市民(男性の参加もお待ちしています)

●持ち物

テキスト代1,000円・米1合(調理実習時)
エプロン(調理実習時)・筆記用具

●定員

30名(定員になり次第締め切ります)

●申し込み先

6月2日(木)までに電話でお申し込みください。

●日程、内容

6月 9日(木)	・開講式 ・健康しもつけ21プランについて ・バランスのとれた食事をつくりましょう
6月 17日(金)	・生活習慣病予防について ・肥満予防の食事をつくりましょう ・心の健康づくり
6月24日(金)	・食事バランスガイドについて ・成長期のための食事を作りましょう
6月28日(火)	・運動を実践しましょう ・年代別食生活について
7月 8日(金)	・食品衛生について ・下野市食改の活動紹介 ・閉講式



●時間 午前9時30分～午後2時 (6月17日のみ午後3時終了予定)

●場所 保健福祉センター ゆうゆう館 大ホール・調理室

※計画停電により内容が変更になる場合があります。

申し込み・問い合わせ先

健康増進課 ☎52-1116 (保健福祉センターきらら館内)

子宮頸がん予防ワクチンが
不足しています

下野市では、小学6年生、
中学1～3年生、高校1年
生の女子のお子様を対象に
子宮頸がん予防ワクチン接
種料を全額助成しています。
子宮頸がん予防ワクチン
(サーバリックス)について、
製造販売元より、ワクチン
の供給が不安定となってい
るため、当面の間、新規の
予約だけでなく、2回目・
3回目接種の予約も控えて
欲しいとの要請がありまし
た。
市としては、製造販売元
に対して、既に接種をして
いる方に対する残り回数分
のワクチン確保を強く要望
しています。
新規に接種される方も、
平成23年度中の3回の接種
は、十分可能ですので、ご
理解をお願いします。
なお、詳細は、健康増進課
(☎52)1116までお問
い合わせください。