

神栖市地域食育サポーターと 食生活について考えてみませんか？

神栖市では地域や職場で食育活動を広げていくため、食育サポーターが活躍しています。「減塩したいけど、どうしたらいいの？気をつけているけど、どうして体重が増えてしまうの？」そんなお悩みはありませんか？わたしたち神栖市地域食育サポーターは減塩・メタボ予防について、食事を見直すためのお手伝いをさせていただきます。



講話や調理実習をおこないます

神栖市の生活習慣病の現状や減塩のポイント、糖分や脂肪分などのとり方についてお伝えします。

お気軽に
ご相談
ください

こんな時ご相談ください

- ・ 近所の人たちや友人と、調理実習をしてみたい。
- ・ 学校の家庭教育学級で講話をお願いしたい。
- ・ 地域の区民館での集まりの時、講話を聞いてみたい。

神栖市健康増進課

〒314-0121 茨城県神栖市溝口1746-1 神栖市保健・福祉会館 本館2階
TEL 0299-90-1331 月～金（年末祝日除く）午前8：30～午後5：15

