

港南区 食生活等改善推進員会

(愛称：ヘルスマイト)

とは

～『私たちの健康は私たちの手で』をスローガンに、
ご近所さん、お隣さんへ伝達活動～

栄養・運動・休養を三本柱として、健康づくりの普及活動を行う、全国的に組織されたボランティアグループです。推進員ひとりひとりが日々研鑽し健康づくりを実践することを活動の基本とし、その体験に基づいた健康づくりの知恵や工夫を地域に広めています。

あらゆる世代に食育アドバイスをいたします



私たちと一緒に活動しませんか？

食生活等改善推進員会に入会するには…

食生活等改善推進員セミナー(港南区福祉保健センター開催)受講、修了者が入会できます。

お問い合わせは

横浜市港南福祉保健センター福祉保健課健康づくり係
TEL：045-847-8437 FAX：045-846-5981



令和元年10月発行

横浜市港南福祉保健センター福祉保健課健康づくり係

〒233-0003 横浜市港南区港南4-2-10

TEL：045-847-8437 FAX：045-846-5981



●このレシピ冊子をご覧になりながら調理をする際は、コンロなど火のそばに近づけすぎないようにご注意ください。引火の恐れがあります。また、水濡れなどにも十分ご注意ください。