

②④ 笠間市ヘルスリーダー養成講習会

問・申 保健センター(笠間市南友部 1966-1) TEL 0296-77-9145



「食」を中心とした健康づくりについて勉強して、一緒にボランティアをする仲間になりませんか。ご参加お待ちしております。

開催日	講義内容
8月29日(火)	講話:「県民の健康状態と生活習慣病予防」 調理実習:栄養バランスのとれた食事
9月14日(木)	【オンライン開催】講話:「生活習慣病予防の食事」
10月15日(日)	講話:「食育について～食事バランスガイドを使って」 調理実習:高血圧予防の食事
11月9日(木)	講話:「生活に運動を取り入れよう(実技あり)」 調理実習:糖尿病予防の食事
令和6年1月18日(木)	【オンライン開催】講話:「食品衛生と食中毒の予防」
令和6年2月2日(金)	講話:「笠間市の健康づくり計画」「ヘルスリーダーと地区活動」 調理実習:こどもと楽しむ食事

場所 保健センター

開催時間 午前9時30分～午後0時30分

対象 市内在住のおおむね65歳までの方で、養成講習会終了後に笠間市ヘルスリーダーとしてボランティア活動ができる方

定員 20名(先着順)

参加費 無料

申込方法 いばらき電子申請・届出サービス(右上の二次元コード)または窓口で直接、もしくは電話でお申し込みください。

申込期限 8月4日(金)

②⑤ いばらきチャレンジアワード「支え合い2023」

問・申 チャレンジいばらき県民運動事務局 TEL 029-224-8120

HP <https://challenge-ibaraki.jp/action/award/>

地域の困りごとの解決など、社会貢献のための独自性が高い活動プランを募集しています。

応募資格 県内に住所または活動の拠点を有している個人または法人等(学生、社会人、一般社団法人、NPO法人など)

※学生の方は、高校生以下を除きます。営利法人は対象外ですが、非営利団体が主体となった協働での活動プランは対象とします。

対象 福祉、環境、青少年育成、防犯・防災、地域づくり、コミュニティづくり、SDGsの推進など、さまざまな分野における社会的課題の解決を目的とする活動プラン

応募方法 チャレンジいばらき県民運動のホームページをご覧ください。

賞金 茨城県知事賞:100万円 理事長賞:30万円 奨励賞:5万円

応募期限 7月31日(月) 必着