

info  
04

## 第3回 オービオン落語会

—新真打 春風亭鯉づむ お披露目—

- 日 時 2月22日(日)午後2時開演(午後1時30分開場)
- 場 所 雄勝文化会館オービオン
- 出 演 春風亭鯉づむ、はやしき のすけ たきがわりしゅう
- 入場料 前売券1,500円(当日券2,000円)  
※全席指定・未就学児入場不可

### ■プレイガイド

湯沢文化会館、雄勝文化会館、ブックスモア湯沢店、  
セブンイレブン雄勝こまちインター店、ローソンチケット



各種イベント情報発信中！  
◀ YuzawART ホームページ

問 湯沢文化会館 (☎ 72-2121)



info  
05

## 『湯沢市食生活改善推進員』募集！

～私たちの健康は、私たちの手で～

食生活改善推進員は、食を通じて自分や家族、地域の健康づくりの推進活動をするボランティアです。「食改さん」「ヘルスメイト」という愛称で、市では男女合わせて65人の会員が活動しています。栄養バランスの取れた食事や減塩、野菜摂取の推進など、身近な生活に寄り添った健康づくりの情報を地域に向け発信しています。



### 会員さんの声

自分の食生活改善に役立てようと養成講座を受講しました。受講後推進員となり、研修や実習を通してバランスのとれた食事について学び生活に役立てています。また、地域の方と食事についてお話しする機会があり楽しく活動しています。



### 会員さんの声

ボランティアとして、郷土料理や地産地消・減塩料理、フレイル予防など食と健康に関する幅広い活動を楽しみながら取り組んでいます。自分や家族、地域のために活動を続けていきたいと思っています。



活動状況は  
こちらから

## 食生活改善推進員 養成講座

受講  
無料

推進員として活動するためには4月から開講する養成講座を受講し、食生活改善推進協議会(年会費1,500円)に入会する必要があります。自分や家族、地域の皆さんの健康に関心がある方の応募をお待ちしています。

- 定 員 10人(先着順)
- 受講時間 約20時間(調理実習や講習など計7回程度)
- 申込み 2月27日(金)まで下記へお電話ください。

問 健康対策課保健推進班 (☎ 56-8020)