



うきは市健康ミネラル栽培農産物普及会主催 「健康講話」の参加者募集

うきは市健康ミネラル栽培農産物普及会では、「健康な食べ物は、ミネラルバランスの良い健康な土壌から」をテーマに、土壌の改良・ミネラル栽培の普及に取り組んでいます。

今回は、うきは市役所保健課の管理栄養士より「健康づくりのための野菜のとり方」をテーマに、生活習慣病予防のための野菜の摂取目安量や種類による栄養的な違いなど、野菜と健康についてお話していただきます。その他、ミネラル野菜の食べ比べも実施予定です。

普及会会員はもちろんのこと一般の方で興味のある方は、是非ご参加ください。

また、新型コロナウイルス感染拡大予防のため、ご参加の方には各自マスクを持参していただき、講話中は着用をお願いいたします。

「健康づくりのための野菜のとり方」

事前申込制

参加費無料

■日時：11月25日（木）14:00～15:30（予定）

■場所：うきは市役所西別館 健康増進室

■講師：うきは市役所保健課 管理栄養士

■募集人数 30名（※定員に達し次第、締め切ります）

■申込締切 11月15日（月）まで



うきは市健康ミネラル栽培農産物普及会の会員随時募集中！！
“健康的な土づくりと作物づくり”を一緒に取り組んでみませんか

●問合せ 保健課 食育・健康対策係 ☎75-4960



設置型コンポストの上手な使い方と落ち葉・雑草の堆肥化講習

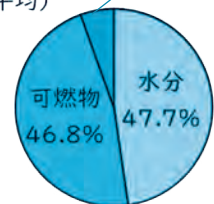
可燃ごみに含まれる水分の大半が生ごみ由来で、ごみ処理場の燃料代がかかる原因となっています。

また、落ち葉や雑草も可燃ごみで出さずに堆肥化すれば畑の肥料として活用できます。

この講習では設置型コンポストのにおいや虫の問題を解決して、上手に活用する方法を具体的に説明します。

落ち葉や雑草も堆肥化して、肥料として有効活用する方法についての講習を行います。

可燃ごみ袋の中身
(令和2年度平均)



■日時 11月13日（土）13:30～15:00

■場所 再生工房（耳納クリーンステーション南側）屋外にて

■定員 10名程度 ■参加費 無料

●申込み・問合せ 耳納ねっと！☎76-2077
市民生活課生活環境係 ☎75-4972