

あなたも仲間に入りませんか



市内には、介護予防や健康づくりの方法を普及させようと、市と協働で活動している「健康ぼらんていあ」が8団体あります。各団体では、共に活動する仲間を募っています。

「健康ぼらんていあ」って何

市では、市民の皆さんの健康づくりのための教室などを開催しています。

これらの教室に参加した後、自分が学んだことを、「こんなに良いことなら誰かに伝えたい！」と考えた有志で結成されたボランティア団体が「健康ぼらんていあ」です。

どんな活動をしているの

活動内容は「介護予防系」「健康づくり系」の2種類があります。現在活動している団体は次の通りです。

介護予防系

あおぞら会(5団体)

活動日 各各地区ごとに月1回程度
会場 遠山・ニュータウン・公津・美郷台・大栄地区にある公



ハンドベルの演奏方法を説明(若がえり隊OB会)

健康づくり系

ノルディックウォーキング世話人会

活動日 月5回
会場 保健福祉館、外小代公園(玉造)、甚兵衛公園(北須賀)

内容 Ⅱ ノルディックウォーキングを通じて健康づくりの普及

笑医プロデューサー

活動日 随時
会場 市内のサークル・集会所など

黄色いポロシャツを着用

メンバーは、「けんこうぼらんていあ」のロゴが入った黄色いポロシャツを着て活動しています。見掛けたら、気軽に声を掛けてください。「健康ぼらんていあ」や、自分の所属している団体について説明してくれます。

少しでも興味を持ったら、メンバーになって一緒に活動してみませんか。



背中にロゴが入っています

※くわしくは健康増進課(☎27・1111)へ。