

仲間大募集

あなたも“自分のできるボランティア”を探してみませんか？

# 運動普及ボランティア養成講座

保健センターでは、歩こう会など、運動に関する取り組みを実施しています。保健センターでボランティア活動をしながら、私たちと一緒に運動習慣づくりの輪を広げてみませんか？

- 対 象 町在住の20歳以上の人  
時 間 午前10時00分～11時30分  
場 所 保健センター  
申 込 令和4年1月19日(水)までに保健センターに申し込んでください。  
内 容

健康マイレージポイント  
対象事業です。



日程	テーマ
令和4年 1月20日(木)	・開講式 ・講演会 『生かそうあなたの力 ～自分のために あなたの健康増進のために～』 講師 甲南女子大学 医療栄養学部 准教授 天野 信子 先生
2月1日(火)	・斑鳩町の健康状況について
2月10日(火)	・「知って得する！運動」について ・今後の活動について ・閉講式



どんな活動をするの？

養成講座終了後の活動として、

- ・ウォーキングマップの作成
- ・運動教室のサポート などがあります。



活動の中での  
メリットは？

活動を通してこんなにいいことがあります！

- ・健康や運動に関する知識が広がる。
- ・新しい仲間ができる。
- ・新たな斑鳩が発見できる。



仲間と運動をしたい！  
斑鳩を知りたい！  
そんなあなたにお勧めします