

阿倍野区 健康づくりサポーター 大募集！！

健康のために新しいことを始めたい方必見！
同じ思いを持つ仲間と一緒に健康づくりの輪を広げませんか？

活動グループ

ウォーキング サポーター



あべのウォークのコースづくりなど運営に携わり、健康づくりを推進しています！

〔主な活動〕

- ・ウォーキングのコース決め、下見
- ・イベント当日の案内、誘導など
- ・講習会への参加

梅の会



健康展での啓発活動や歩育などの研修会を実施し健康づくりをサポートしています！

〔主な活動〕

- ・大阪市健康づくり推進協議会への参加
- ・健康展での啓発活動、研修会(調理実習)開催

健康づくりサポーターの養成講座

／**健幸☆アップ講座**を毎年開催しています！／

※サポーターに関心がある方！まずは受講をお申し込みください

対 象

阿倍野区民

講座内容

認知症予防、効果的なウォーキング、
生活習慣病予防、お口の健康など

開催時期

毎年9～11月ごろ

詳しくはこちら▼



お問い合わせ

阿倍野区役所(保健活動)
1階3番窓口

☎06-6622-9968

(月曜日～金曜日 9:00～17:30)