

健康長寿のまち・中京を目指す



みつばち健康応援隊

中京健康づくりサポーター

ってなに？



保健福祉センターと一緒に**健康づくり**について考え

みんながいきいきと暮らせる

まちづくりを目指すボランティアで

どなたでも
参加OK!

イベントや**健康教室**などの活動を行っています！

みつばち体操に参加しよう！

日時 第2・4金曜日 午後1時30分～2時

※8月と12月第4金曜日はお休みです。

場所 中京区役所屋上または2階

⑱番健康指導室

天候が良い時には屋上にある庭園で
体操・脳トレを行います。

申込
不要

場所は当日体操開始前に、
区役所1階エレベーター前の
看板にてお知らせします。

みつばち体操実施目！



みつばち健康応援隊と
一緒に体操をしませんか？

毎月第2・4金曜日 13:30～14:00

ぜひお立ち寄りください！



本日の体操場所

4階 屋上