

隊員募集中！

「健康長寿のまち・中京」を目指して
一緒に身体を動かしましょう♪



健康づくりに関心のある中京区民であれば、
どなたでも大歓迎！

毎年6月頃に開催される養成講座を受講
することで、みつばち健康応援隊として
活動することができます。

ご自身やご家族の健康のためでもよし！

仲間づくりのためでもよし！

一緒に健康づくりの輪を広げましょう♪

みつばちウォーク

みつばち健康応援隊と一緒に、
中京区の名所を巡る
ウォーキングイベントです！

※開催日は
中京しんぶんで
ご案内します。



ふれあいまつり

中京区民ふれあいまつりにて、
体操のステージ発表やブース
出展、健康に関する知識の
普及啓発を行っています。



出前教室

地域に出向いて、体操
や脳トレの教室を
行っています。



隊員になると…

健康測定や、
専門家の先生をお招きする
勉強会に参加できるよ！



問合せ先

中京区役所保健福祉センター

健康長寿推進課 健康長寿推進担当

TEL/075-812-2544

FAX/075-812-0072

令和7年3月発行 京都市印刷物第064873号



プラスせんぽ
+1000



中京区役所
HPはこちら