

参加費
無料
先着15名

健康づくりサポーター 大募集！

あなたもボランティア
活動をしませんか？



西京区民対象 健康づくり学び講座を開催します



日程

令和8年2月2日(月)
13時30分～15時
(受付13時15分～)

場所

西京区役所 東庁舎 4階会議室

対象者

- ・西京区本所管内の方
- ・医師から運動制限をされていない18歳以上の方

申込受付

令和8年1月20日(火) 9時～

注意事項

養成講座を受講し、西京区役所で実施する健康づくり事業（竹エクササイズ教室、西京健康づくりウォーキングなど）に参加された方は「西京竹サポ」として活動することができます（登録制）。
整った切り離され、新しい植物になります。

内容

保健師の講話
「健康づくりサポーターとは？」
「西京区民の健康課題について」

栄養士の講話
「食から始まる健康づくり」

西京竹サポメンバーとの交流会

健康づくりサポーターとは？

地域の健康課題や健康に役立つ知識を学び、地域の健康づくり・活力あるまちづくりを応援する市民ボランティアです。

西京区では「西京竹サポ」の名称で活動しています！



お申込み



西京区役所健康長寿推進課

075-381-7643

受付時間：午前9時～午後5時（土日祝休み）



京都市
CITY OF KYOTO



発行：西京区役所保健福祉センター 健康長寿推進課
京都市印刷物第071792号（令和7年12月発行）