

令和8年度

無料!

要申込!

健康づくりサポーター大募集

健康づくりサポーターとは、「健康」に役立つ知識を学び、
右京区健康づくりを応援するボランティアのことです。
現在36名で楽しく活動しています!



第1回目

12月1日(火)

講話、運動実技

第2回目

12月18日(金)

運動実技

第3回目

12月25日(金)

交流会
運動実技

時 間

いずれも午後1時30分～午後3時30分
(受付: 午後1時15分～)

場 所

サンサ右京2階 講堂 (右京区太秦下刑部町12)

対 象

元気に運動できる右京区在住の方

申込方法

電話、来所、または申込フォーム

申込締切

10月1日(木)～11月24日(火)

持 ち 物

飲み物、タオル

申込フォーム



当日は、
動きやすい服と靴で
お越しください!

※3回とも受講が必要です。

※登録後は、サンサ健康広場とミーティングに御参加ください。



申込、お問合せ先

右京区役所健康長寿推進課健康長寿推進担当 (サンサ右京1階24番窓口)

電話: 075-861-2177

FAX: 075-861-9559

(平日午前9時～午後5時)



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS



プラスせんぼ
+1000

サンサ健康広場

「運動したくてもなかなか一人じゃ続かない…」そんな多くの声が集まり
右京区内6か所で約30分間のメタボビクスを
地域みなさんと一緒に実施しています。

無料！

みなさんも健康づくりサポーターと一緒に健康の輪を広げ、
元気な右京区を育んでいきましょう！

**申込
不要！**

月	さが DE サンサ健康広場	場所	コミュニティ嵯峨野 西側広場 JR「嵯峨嵐山」すぐ	時間	午前9時30分～
火	おむろ DE サンサ健康広場	場所	御室仁和寺内広場 (仁王門直進一筋目右へ) 市バス「御室仁和寺」すぐ	時間	午前9時30分～
水	やまのうち DE サンサ健康広場	場所	赤山公園 京福電車「山ノ内」徒歩5分	時間	午前9時30分～
木	笑顔ランド DE サンサ健康広場	場所	笑顔ランド太秦 (太秦小学校北側) 京福電車「太秦広隆寺」徒歩2分	時間	午前9時30分～
金	梅津 DE サンサ健康広場	場所	梅宮大社駐車場 市バス「梅宮大社前」すぐ	時間	午前9時30分～
金	サンサ健康広場 (第1、第3のみ)	場所	サンサ右京 1階ロビー 市バス「太秦天神川駅前」すぐ 京福電車「嵐電天神川」すぐ	時間	午後2時00分～

休 み

祝日、年末年始、熱中症警戒アラート発令時など
※長期休暇は、ホームページ等でお知らせいたします。

中 止

雨天時 (第1、第3金曜日のサンサ健康広場は実施)

お知らせ

- ・開催日は、のぼり旗を立てています。
- ・持ち物はすべて自己管理となりますので、ご了承ください。

