



つながりから始まる健康の輪！ 魅力発見！自主グループ活動

住民の主体的な健康づくり活動を推進するため、保健センターから生まれた
自主グループのこれまでの活動を振り返り、自主グループの持つ力や魅力を再発見し、これからの
健康づくりのヒントを探ります。これまで参加したことがない方も一度さいてみませんか。

日時：令和7年 **10月30日(木)** 午前10時～11時55分
(受付:9:30～)

会場：ふじみ野市立スポーツセンター上野台体育館
(ふじみ野市福岡1-1-3)

対象：ふじみ野市在住・在勤・在学の方

定員：**100名**
(超えた場合は抽選)

参加費
無料

基調講演

「自主グループ活動による介護予防・健康増進効果とは」

元東京都健康長寿医療研究センター 研究部長 **金 憲経 氏**



その他内容

- ・市内自主グループ団体の活動紹介
- ・自主グループ団体のポスター展示、ほか



《申込方法》 **申込〆切:10月16日(木)(必着)**

下の(1)～(3)のいずれかの方法で申し込む(重複した申込は無効です)。

- (1)WEB(ウェブ)フォーム 右下の二次元コードから申込フォームにアクセスし申し込む。
- (2)保健センター窓口で申込用紙に記入 (※**支所や上野台体育館窓口では受け付けていません**)
- (3)郵便はがきか封書に必要事項を記入し、保健センターへ郵送する。

<必要事項>①件名「自主グループ活動講演会」 ②名前(ふりがな)

③生年月日 ④住所 ⑤電話番号 ⑥講師への質問(任意)

<郵送先> 〒356-0011 ふじみ野市福岡1-2-5 ふじみ野市保健センター地域健康支援係 行

申込
こちら



《申込結果》

申込者全員に、10月24日(金)までに受講決定の可否を郵送します。

【申込・問い合わせ】

ふじみ野市保健センター地域健康支援係
049-262-9040(直通)

共催：すこやか貯筋クラブ、ふじみ野市

----- 申込郵送先 切り取り線 -----

〒356-0011

ふじみ野市福岡1-2-5

ふじみ野市保健センター地域健康支援係 行