

～～市民活動団体の活動内容～～

団体名（ 野田市ヘルスサポーターの会 ）	
団体の活動内容	【すべて公開】
(1) 団体の活動目的 自分自身の健康づくりを実践し、健康寿命の延伸をめざす。	
(2) 団体の活動内容（詳細） ※活動風景等の写真があれば掲載をお願いします。	
◇ 各地主催のシルバーリハビリ体操教室に参加。 ◇ 地域の「えんがわ」に参加する。 えんがわにて、雑談など市民交流の場を有効に生かす。 （向ノ内公民館 毎月第二水曜日 午後3：00～5：00 参加費500円） ◇ 会員交流会で、食育、環境、健康、予防医学・医療の学習に努める。 ◇ カラオケ体験。 ◇ ウォーキングの推進。 ◇ 健康づくりの為に先進地視察。バス研修会（令和6年3月：那珂湊・道の駅常総見学会） ◇ ハザー開催で、活動資金の財源確保、会員相互の親睦を図る。 ◇ 毎年、「市民活動元気アップふえすた」に出展（食育）。 市民及び登録団体との交流も図る。	
(3) 団体としてPRしたいこと、その他 ※団体ホームページ URL （ ）	
目標 ◆ 「健康づくりの仲間」と共に学び、実践して、自分自身の健康維持増進を目指す団体です。 ※生涯現役・・・健康自立を実現する活動団体。	
活動内容 ◆ 美と健康に役立つ「健康の自然法則」とは『食事改善、適度の運動、精神の安定』の3つのバランスが重要で、原則・基本です。『健康維持・増進の学び・実践』は、体の中から「根本的な病気予防・体質改善」を実現し、医療費の削減、幸福な人生などに役立ちます。 食事改善をベースに「真の健康づくり」を目指す活動団体です。 「食と健康」予防医学等にも注目して活動する。	
ご入会の案内 ◆ 超高齢化時代に対応して、本会とのご縁を活かして、ご入会されて、仲間と共に、日々の元気な暮らしを実現して戴きたいと希望しております。 会の目的に賛同され、ご入会を、お待ちしております。 令和6年から、会費ゼロの方針になりました。（活動毎に参加費は、実費負担）	