

参加ポイント(1回10P)

楽しく健康づくりができる講座が揃っています。興味がある講座があればぜひご参加ください。

団体名	イベント・講座名など	お問い合わせ
保健センター	健康講座や健康測定、体操教室、料理教室、ストレスチェック等を行います。講座の依頼も問合わせください。	保健センター ☎0569-84-0646
国保年金課	半田市国民健康保険に加入している方を対象に、ヘルシーライフ講座や高血圧予防講座など、各種講座を行います。	国保年金課 ☎0569-84-0662
高齢介護課 (通所型サービスB げんきスポット)	地域住民やボランティアグループが主体となって運営している高齢者の介護予防のための通いの場です。サロン、脳トレ、体操・運動、趣味活動などを行っています。	高齢介護課 ☎0569-84-0644
半田市医師会 健康管理センター	毎月神田町、緑ヶ丘支所の2か所にて健康たいけん教室を行っています。詳細は半田市医師会健康管理センターHPをご覧ください。	半田市医師会健康管理 センター保健指導課 ☎0569-27-7999
半田病院	毎月第2水曜10:30~11:30にいきいき健康講座を開催します。詳細は半田病院HPをご覧ください。	半田病院 ☎0569-22-9881
半田消防署	半田消防署では心肺蘇生法を学ぶ救命講習を定期的を実施しています。詳細は半田消防署まで問合せください。	半田消防署 ☎0569-21-1492
スポーツ課	各市町村で開催されるマラソン大会の記録証、ウォーキング大会の完歩証でポイントがもらえます。	スポーツ課 ☎0569-22-1184
半田市スポーツ 推進委員連絡協議会	子どもから高齢者まで楽しめるニュースポーツやミニテニス教室を行っています。	スポーツ課 ☎0569-22-1184
NPO法人ソシオ成岩 スポーツクラブ	親子スポーツ教室、エアロビクス教室、ヨガ教室、健康体操教室、太極拳教室などを行っています。	NPO法人ソシオ成岩 スポーツクラブ ☎0569-26-7771
乙川スポーツクラブ	親子を対象にしたベビともヨガやベビともHAPPY親子体育、大人向けの体操教室や合唱講座などを行っています。	乙川スポーツクラブ ☎0569-29-2005
半田地区 スポーツクラブ	親子で一緒にからだを動かす幼児・小学生の親子運動教室や高齢者のかんたん体操教室を行っています。	半田地区スポーツクラブ ☎0569-23-8880
半田福祉 ふれあいプール	各種教室を行っています。一般営業中のプール・トレーニング室の利用でもポイントが貯められます。	半田福祉ふれあいプール ☎0569-26-6661
半田ファミリー 山の会	安全で楽しい登山の基礎知識と技術を身につけるための登山講座や御在所岳清掃登山等を行っています。	半田ファミリー山の会(榊原) ☎090-4859-5023
半田市食生活改善 推進員	地域での料理教室や食育講座を行っています。料理教室の依頼もお気軽に問合わせください。	保健センター ☎0569-84-0646
半田市健康づくり 連絡協議会	5月18日(土)9:30~11:45にさくら小学校体育館にて「健康体操のつどいさわやかフェスティバル」を行います。	保健センター ☎0569-84-0646
青山歩こう会	毎月第3日曜日の9時から、青山武道館を起点に体操と4~5kmのウォーキングを行っています。	青山歩こう会(榊原) ☎0569-21-6544
岩滑あるこう会	毎週土曜日に9時から近隣のウォーキングを行っています。(雨天中止)年2回程度バスハイキングも実施します。	岩滑コミュニティセンター ☎0569-22-7099
有脇地区 ウォーキング	有脇公民館を始点に5月、9月、1月の年3回ウォーキングを行います。	有脇公民館 ☎0569-29-1582
CLACITY (クラシティ)	食と健康をベースに日々の生活に彩りを与えてくれる様々なワークショップ講座を催しています。	クラシティ ☎0569-47-9400

知っていますか?

半田市は
メタボ率が
愛知県内
ワースト1位!

車で30分かけて移動した場合の往復の平均消費カロリーは102kcalですが、公共交通機関を利用すると220kcal消費することができます。これを毎日続けると年間約6kgのダイエットになります。半田市ではごんくるバスを開始し、市民のみなさまの足として運行をしています。

ごんくるバスをダシダシ利用して
メタボ率県内ワースト1位の市から
脱却するダシ!

