

# げんき

岡崎げんき館市民会議

# はっしん!

2025年

第10号



健康づくり講座④ 10/7・14・21(火)

## 〈運動サポート部会〉

楽しく運動！タオル体操と正しい歩き方で体力アップ！と題して参加者の方からは「タオルを使うことにより一層伸びて気持ちよかった。」とか「正しい歩き方で姿勢も良く歩けました。」との感想をいただきました。



# 秋のげんきまつり 10/12(日)

## 《市民会議各部会全体》

秋のげんき祭りが例年通り開催されました。これまでは、岡崎市保健所が運営主体でしたが、今年のげんき祭りはげんき館を運営しているSPCが主体となって開催され、例年通りの賑わいを見せました。げんき館市民会議の会員は、所属する各団体のブースで活動しました。



## 令和7年度岡崎げんき館市民会議の年間活動予定

実施月	開 催 事 業	担当部会
4月	健康づくり講座① 4/3・5/10・17(木)	運動サポート部会
5月	げんきカレンダー・親子クッキング① 5/18(日)	子どもサポート部会
6月	地域ふれあい健康教室① 6/3(火) げんきカレンダー・親子クッキング② 6/8(日) 栄養ステーション① 6/15(日) 健康づくり講座② 6/5・6/12・19(木) おもちゃ図書館・きらら料理教室① 6/21(土) げんきカレンダー・講演会 6/29(日)	運動・栄養サポート部会 子どもサポート部会 栄養サポート部会 運動サポート部会 子どもサポート部会 子どもサポート部会
7月	健康づくり講座③ 7/16・23・30(水) テーマ別料理教室①・地産地消 7/5(土)	栄養サポート部会 運動サポート部会
8月	栄養ステーション②③ 8/16(土)・8/17(日) テーマ別料理教室・夏休み親子 ②8/8(金)、③8/9(土)、④8/10(日) おもちゃ図書館・きらら料理教室② 8/30(土)	栄養サポート部会 栄養サポート部会 子どもサポート部会
9月	地域ふれあい健康教室② 9/25(木) テーマ別料理教室⑤・男性の料理 9/7(日)	運動・栄養サポート部会 栄養サポート部会
10月	げんきカレンダー・親子クッキング③ 10/5(日) 健康づくり講座④ 10/7・14・21(火) <b>秋のげんきまつり 10/12(日)</b>	子どもサポート部会 運動サポート部会 <b>全体</b>
11月	健康づくり講座⑤ 11/18・12/2・16(火) おもちゃ図書館・きらら料理教室③ 11/29(土) 地域ふれあい健康教室③ 11/14(金)	運動サポート部会 子どもサポート部会 運動・栄養サポート部会
12月	栄養ステーション④ 12/14(日) テーマ別料理教室冬休み親子⑥12/6(土)・⑦12/7(日) げんきカレンダー・クリスマス会 12/14(日)	栄養サポート部会 栄養サポート部会 子どもサポート部会
R7年 1月	健康づくり講座⑥ 1/23・30・2/6(金) おもちゃ図書館・きらら料理教室④ 1/31(土)	運動サポート部会 子どもサポート部会
2月	地域ふれあい健康教室④ 2/18(水) 栄養ステーション⑤ 2/14(土) テーマ別料理教室⑧ 2/21(土) <b>市民フォーラム 2/28(土)</b>	運動・栄養サポート部会 栄養サポート部会 栄養サポート部会 保健サポート部会・ <b>全体</b>

≪ 日程等が変更になることがありますので、市政だよりでご確認ください。 ≫