

しまびと元気応援団通信



しまびと元気応援団の条件

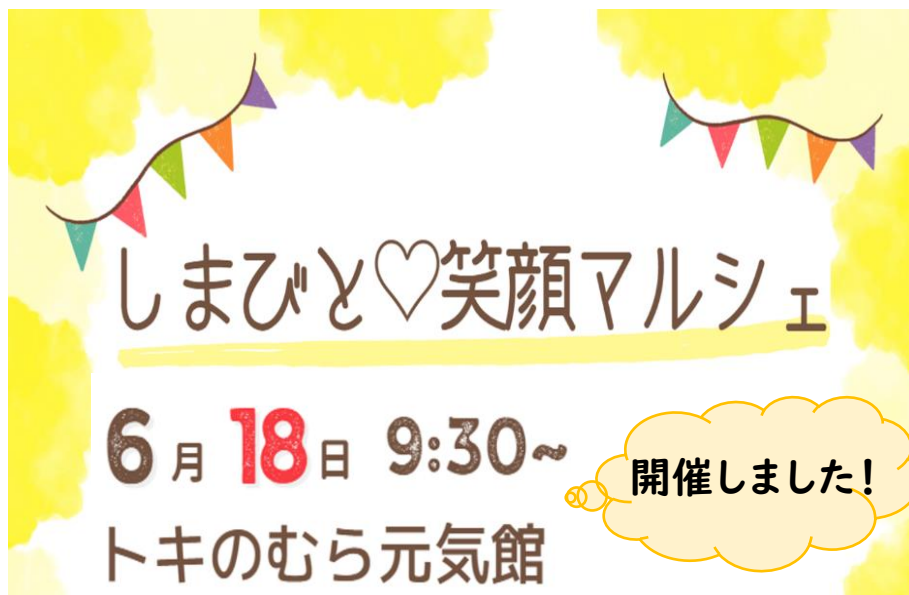
- 健康さど21計画の目的達成につながるもの
- 自分が元気になれるもの。
地域の元気につながるもの
- 参加参画で実施する。
- いちプロジェクト5人以上。



しまびと元気応援団のテーマ

- * お互いの活動を知ろう!
- * 伝えてつなげて広げよう!
- * 多世代が育ちあおう!

チェンジがチャンス!
健康寿命日本一を目指す



ねらい

しまびと元気応援団の
グループ活動を知る

佐渡で一緒にずっと**笑顔**で
住みたい気持ちになる

活動を通して、
佐渡の良さを知る



しまびと元気応援団とは

しまびと元気応援団は、佐渡市健康づくり計画「健幸さど21」の健康目標を実現するための、健康づくり実戦隊です。

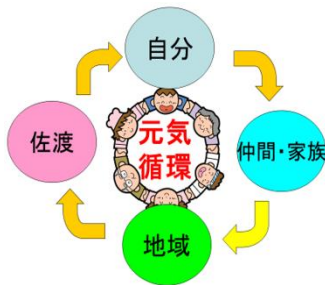


健康って、病気を減らすことと、
元気を増やすことの両方が大切!!



しまびと元気応援団イメージ図

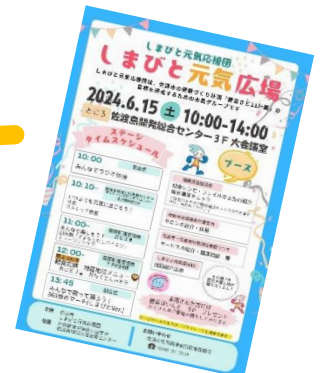
自分が元気に
家族・仲間が
元気に
地域が元気に



「しまびと元気広場」報告

〔第1弾 両津会場〕

6月15日(土)開催 参加者 100名



オープニングはラジオ体操



健推両津支部 兵庫座
「さよならおしバイキン」

ミュージック・ケア研究会♪
おひさま



最後はみんなで
「365歩のマーチ～しまびとVer.～」
を歌って踊って終わりました♪

※この他に佐渡東地域包括支援センターによる寸劇や
川上理学療法士によるストレッチ教室、各ブースにて
楽しんでもらいました。

しまびと元気応援団グループ体験しての感想

ミュージック・ケア

【佐渡ミュージック・ケア研究会おひさま】

みんなで楽しめた



癒された



レインスティックの音色が良かった

。ペアマッサージが気持ちよかった

ハンドベルはすぐできて楽しかった



とても楽しかったので、自分たちの活動でもやりたい

「あるかんか佐渡」の活動と 佐渡の良さを知ろう

【チームさど和談団】

佐渡のことを知っているようで知らないことが多かった



若い世代に佐渡の歴史を把握して
伝えないと伝えられなくなると危機
感を感じた

佐渡の奥深さを改めて知った

あるかんか佐渡の冊子はとてもすばらしい活動

図書館には寄贈してありみんなが見られる

目指せ!佐渡 233 集落の冊子作製!!

みんなで笑顔になれる時間を過ごせました!!



お知らせ

しまびと♡笑顔マルシェ

第2弾

12月20日(金) 9時30分から12時(予定)

金井コミュニティセンターで開催予定

詳細については、後日お知らせします

乞うご期待!!

ご参加ください

〔事務連絡〕

しまびと元気応援団の活動が
市報さど7月号に掲載されます。
みなさんご覧ください。



しまびと元気広場が、相川・国仲・
羽茂地区で今後開催されます。
日程等が決まりましたらご連絡し
ますので、ご参加ください。



【問い合わせ先】健康医療対策課 63-3115 担当 関東