

2023



# いたばし 健康づくり ハンドブック

板橋区では、「いたばし健康プラン～板橋区健康づくり 21 計画(第二次)～」を策定し、基本理念である「区民一人ひとりが健康づくりに取り組めるまち」の実現のため、さまざまな事業を展開しています。そのひとつが「いたばし健康ネット」です。

運動や音楽、ボランティア活動などをおして「健康づくり」を実践しているグループのほか、健康関連団体、医療機関、NPO、企業などが登録し、一緒に取り組んでいます。

一人ではなく、家族・仲間・地域で一緒に健康づくりを推進していくためのネットワークです。

本冊「いたばし健康づくりハンドブック」で、登録団体を紹介します。



## 《ご利用にあたって》

- 1 令和 5 年 7 月現在の情報のため、活動内容や連絡先等が変わっている場合があります。
- 2 各グループや団体への入会や、活動内容の詳細は、直接団体へお問い合わせください。  
※サークルや団体の希望により、連絡先の記載がない場合があります。その場合は、健康推進課が各団体の代表者に連絡をとり、入会を希望される方の連絡先をお伝えします。あらかじめご了承ください。
- 3 健康づくりの推進のための情報提供を目的として公開しております。営利目的等で利用することは固くお断りします。

# 目次

## 【各団体活動紹介】

体を動かし健康づくり（42 団体）	……P 1 ～ 11
音楽で健康づくり（7 団体）	……P12～ 13
子育てをサポート（11 団体）	……P14～ 16
地域で支え合い（29 団体）	……P17～ 23
健康づくりをサポート（50 団体）	……P24～ 32

【健康推進課事業紹介】	……P33～ 35
-------------	-----------

## 「いたばし健康ネット」の登録について

### 1 登録の特典

- ・健康づくりに関する情報紙「健ちゃん通信」をお送りします。
- ・健康関連の講座やイベントなどのご案内をお送りします。
- ・団体登録のみ、当冊子<sup>※</sup>で各団体の活動内容の紹介ができます。

<b>登録数</b>	
(令和5年7月末現在)	
団体	139 団体
個人	125 名

### 2 登録方法

登録をご希望の場合は、区ホームページより登録要件及び注意事項をご確認のうえ、申込書をご提出ください。団体・グループなどを対象とした「団体登録」、個人の方を対象とした「個人登録」があります。

区ホームページ（表紙の二次元バーコードをご利用ください）より、登録要件及び注意事項の確認、申込書のダウンロードができます。

- ① 団体登録：登録申込書に活動の内容が分かる資料を添えて、窓口までお越しください
- ② 個人登録：登録申込書を下記まで郵送、ファクスまたは窓口へ持参ください。

### 3 注意事項

- ✓ 営利・宗教・政治活動を目的とした参加はできません。
- ✓ 登録は、区施設の利用団体登録や使用料減免には関係ありません。
- ✓ 活動内容が健康づくり活動として不適切と判断する場合や、代表者との連絡が取れない等、活動の実態が確認できない場合は、登録を抹消することがあります。
- ✓ 団体の新規会員を行う場合、団体の入退会をはじめとするトラブルについては、健康推進課は責任を負いかねます。