



みその“健幸”度向上
プロジェクト



地域のみんなで健康づくり

健幸アンバサダーを

募集します！

200P

みその健幸マイレージ
ポイント対象講座！
受講後の活動でもポ
イントが貯まります。

美園コミュニティセンターで
開催します！（詳細は裏面）

健幸アンバサダーとは

健康に関する正しい知識や運動の方法を地域の人広めてい
く「健幸伝道師」です。

- ・自分の言葉や行動で周りも健康で元気になります
- ・お友達が増えたり、交流のきっかけとなります
- ・ご自身もより“健幸”になります

ご自身、ご家族、お友達、地域のみんなで健康づくりを！

健幸アンバサダーの役割

- ・定期的に郵送する「健幸チラシ」を受領しましょう
- ・ご家族やお友達など身近な方へ、チラシを手渡して、健康づくり
についての情報を発信しましょう



健幸アンバサダー講座開催日程 ※4日程共に、同じ内容です。

日程
1

9月22日(土)

開始 :13:00

終了 :16:00

日程
2

10月19日(金)

開始 :13:00

終了 :16:00

日程
3

10月19日(金)

開始 :18:30

終了 :21:00

日程
4

10月24日(水)

開始 :13:30

終了 :16:30

定員 : 日程1は36名、2~3は各日程50名 日程4は300名。定員になり次第締め切らせて頂きます。

カリキュラム内容

健幸アンバサダーの使命と役割
生活習慣病予防やがん予防などの健康情報講座
心に届く情報の伝え方
筋トレ体験講座 (ほか)

講師

筑波大学大学院教授
久野譜也先生 (ほか)

● 開催場所

美園コミュニティセンター

住所 : さいたま市緑区美園4-19-1

アクセス : 埼玉高速鉄道「浦和美園駅」東口

● 会場

日程1 : 第5集会室

日程2,3 : 第1・第2集会室

日程5 : 多目的ホール

● 持ち物

筆記用具、活動量計

● お申し込み方法

次の方法で、事務局(一般社団法人美園タウンマネジメント)へお申し込みください。



電話でのお申し込み

TEL:048-812-0301

【受付時間】火~金 10:00~19:00 / 土祝 9:00~16:00



E-mailでのお申し込み

entry@misono-tm.org

※件名に「健幸アンバサダー講座申し込み」、本文に「住所・氏名・電話番号」、希望日程をご明記のうえ、上記メールアドレス宛にご送付ください。



FAXでのお申し込み

FAX:048-812-0305

※「住所・氏名・電話番号」をご明記のうえ、ご送付ください。

主催 美園タウンマネジメント協会

協力 スマートウエルネスコミュニティ協議会