

事業名

地域団体と協働し

# 健康長寿を目指す健康づくり活動

実施団体

京都市健康づくりサポーター  
ジョイ健活上京



区庁舎で健康づくり体操  
第2・4火曜日AM  
スクリーンを見ながら体操



ラジオ体操とスラックレール  
区庁舎4F  
新しい体操教室を始めました



健活桜ウォーキング



橋公園でウォーキングと体操  
第1・3火曜日 10時





早朝の二条公園



元待賢小学校



乾隆包括センター



出水ふれあいセン

活動中の様子や活動予定を載せています。カミング・FBぜひチェックしてください！



興聖寺

身近な場所で 楽しく運動、仲間づくり  
地域団体と共に活動を行っています。  
区庁舎・上京区内の公園・学区自治会館  
高齢サポート・寺院の講堂などジョイ健  
活は皆さんと一緒に健康づくり  
健康寿命の延伸をめざします



みんなで 生き生き 健康づくり  
健康長寿のまち 京都・上京

