



運動習慣づくり



食生活の改善



歯と口腔の健康づくり



フレイル予防



疾病予防
重症化予防

ときげんきプロジェクト

info ヘルスアップ

運動のきっかけづくり

日差しの温もりが感じられるようになってきました。寒さで縮こまっていた体もほぐれ、運動をするには良い季節ですね。いよいよ新年度、新学期が始まります。大人も子どもも楽しく運動する機会をつくり、毎日を元気に過ごしましょう。今回のヘルスアップは、約200人の子どもたちが元気に楽しく活動する市スポーツ少年団を紹介します。「体を動かしたい」「友だちがたくさん欲しい」など入団するきっかけはさまざまですが、運動するよるこびや、いろいろな「できる」を実感しています。



土岐市空手道スポーツ少年団

けいこはきびしいけれど、大会などで結果が出せた時はとてもうれしいです。



駄知肥田野球スポーツ少年団

駄知と肥田の合同チームです。元気に楽しく練習しています。笑顔いっぱいの明るいチームです。

スポーツ少年団で一緒に運動しようよ！

各スポーツ少年団を市ホームページで紹介しています。参加したい方はお問い合わせください。

問 文化スポーツ課内
市スポーツ少年団事務局（内線352）
HP 1004864



泉野球スポーツ少年団

明るく元気をモットーに練習しています。野球を通じて絆を深めていきたいです。



西陵野球クラブスポーツ少年団

野球を通して健康な体づくりと野球の基礎を学び、目標を持って楽しく活動しています。



土岐市ジュニアバレーボールスポーツ少年団

みんなで楽しく活動しています。3月18日(土)～4月15日(土)の火曜日夜、土曜日午後、日曜日午前
春休み見学・体験会を行います。市内在住の新1～5年生（男女とも）の皆さん、遊びにきてください。

問 ジュニア育成会長 伊左治さん
(☎090-2186-1256)



土岐津野球スポーツ少年団

「～笑夢庵～ みんなの笑顔。何にでも耐える。いつでも夢にむかって！」をモットーに練習しています。

フレイル予防活動に補助金を支給します

*フレイル 加齢に伴い心身の機能が衰えた状態

補助の条件（次の全てに該当する団体）

- ・高齢者（市内在住で65歳以上）が5人以上登録された団体であること。
- ・月2回以上活動すること。
- ・活動の1回当たりの実施時間がおおむね90分以上であること。
- ・活動の1回当たりの高齢者の平均参加人数が、団体登録人数の5割以上であること。
- ・希望する高齢者が誰でも参加できること。

補助する額

- 次の額のどちらか少ない額
- ・活動1回につき2,500円
- ・経費（会場使用料や講師謝礼）の合計額

※年間12万円が上限

問 高齢介護課（内線231）