

話を聞いて、あなたが健康に。 話をして、まちが健康に。

けっこう 健康！ みんなのカフェ さばえ

通称
「健康カフェ」

「けっこう健康！みんなのカフェさばえ」って？

日本の人口は減っていきます。福井県も、鯖江市も、例外ではありません。

日本のまちを少しでもよい状態で将来に残していくためのキーワード、それは、「健康」です。

今住んでいる人たちが、ここに住んでいてよかったと思えるまちになること・・・

それが、まちを存続させる必要条件になるでしょう。

「けっこう健康！みんなのカフェさばえ」(健康カフェ)は、

- ①健康の専門家の話を聞いて、あなたが健康になれる
- ②あなたが誰かと一緒に健康の取り組みを行うための、きっかけが見つかる
- ③あなたの何気ないひとことが施策に反映され、鯖江市全体が健康になる

ことを目指した、とっても楽しいおしゃべりの会です。
あなたの大事な人を誘って、ぜひみなさんと気軽に参加してみてください☆

健康カフェは、いつどこでやってるの？

と き：毎月第2火曜日 よる7時30分～9時

ところ：ら・てんぽ（鯖江市本町2丁目1-11）

参加費：台所の買い置きのお菓子1点

☆どなたでも参加できます☆

☆事前予約不要☆

平成28年10月
開店！

健康カフェでは、どんなことをするの？

前半：健康の達人に会おう

健康、医療、保健、福祉、介護分野の専門家の話を聞き、健康的な生活のためのヒントを得ます。

後半：健康フリートーク

前半の話を受けて、皆さんの考える健康について、様々な立場の人が立場を忘れておしゃべりします。お茶菓子をつまみながら何気なくしゃべった意見が、まちを救うかも！？



主催
けっこう健康！みんなのカフェさばえ実行委員会
※コーディネータ：福井大学医学部地域プライマリケア講座 井階友貴
(鯖江市健康のまちづくりアドバイザー)

お問い合わせ
鯖江市健康づくり課 0778-52-1138 (FAX1116)
SC-Kenko@city.sabae.lg.jp
井階友貴 ikai@u-fukui.ac.jp