

あげお 健康+^{プラス} 連携事業（12月実施事業）

実施日	事業名	担当	実施日	事業名	担当
12月1日			12月15日	学ぼう！脂肪を溜めにくくする食事	健康増進課
12月2日	民生委員感謝状贈呈式	福祉総務課	12月16日	認知症サポートステップアップ講座	高齢介護課
12月3日	食改地区伝達（大谷地区）郷土料理を作つてみよう	健康増進課		健康スボレクひろば	スポーツ振興課
	食改地区伝達（上尾地区）郷土料理を作つてみよう	健康増進課	12月17日		
12月4日	食改地区伝達（大石地区）郷土料理を作つてみよう	健康増進課	12月18日	クリスタルなクリスマスツリー作り	大石公民館
12月5日	食のボランティア（食生活改善推進員）育成講座	健康増進課		運動教室（肩凝り・腰痛さようなら！自宅でできる簡単ストレッチ）	健康増進課
	介護予防教室	大石公民館	12月19日	食改会員伝達（平方地区）フレイル予防	健康増進課
12月6日	原市第八区もちつき大会	原市支所		平方公民館主催講座「寄せ植え教室」	平方公民館
	第26回あげおヒューマンライツミーティング～人権について考えるつどい～	人権男女共同参画課		介護予防教室	大石公民館
	出張講座「ももっこ広場」	子育て支援センター	12月20日	体幹・骨盤エクササイズ	健康増進課
	市民活動大交流会『学生や若者と連携する市民活動のすすめ』	市民活動支援センター		あげお朝市・夕市	農政課
12月7日	(原市地区)第51回原市駅伝大会	原市支所	12月21日	ミニバレー大会	スポーツ振興課
	グラウンドゴルフ大会	スポーツ振興課	12月22日	食改会員伝達（原市地区）フレイル予防	健康増進課
12月8日			12月23日	平方公民館主催講座「懐かし歌声コンサート」	平方公民館
12月9日	初めてでも楽しめる歌舞伎鑑賞教室	大谷公民館	12月24日	食改地区伝達（原市地区）フレイル予防	健康増進課
	食改地区伝達（平方地区）郷土料理を作つてみよう	平方公民館	12月25日		
	日本薬科大学 健康講座	上尾公民館	12月26日		
12月10日			12月27日		
12月11日			12月28日	埼玉上尾メディックスホームゲーム	スポーツ振興課
12月12日	素敵にパッチワーク	上尾社協	12月29日	埼玉上尾メディックスホームゲーム	スポーツ振興課
12月13日	出張講座「ももっこ広場」	子育て支援センター	12月30日		
12月14日			12月31日		

火曜日	～12/9フレイル予防教室	大谷公民館
火曜日	～12/9彫紙アートでクリスマス	原市公民館
水曜日	～12/10平方公民館主催講座 「つるし雛を作ろう」	平方公民館
水曜日	～12/10詩を味わう 谷川俊太郎の世界	原市公民館
水曜日	～12/17骨盤ストレッチ教室(第3回) (イコス上尾)	市民協働推進課
水曜日	～12/17動くカラダ作り教室(第3回) (イコス上尾)	市民協働推進課
木曜日	～12/18カラダすっきり教室(第3回) (イコス上尾)	市民協働推進課
木曜日	～12/18姿勢改善体操教室(第3回) (イコス上尾)	市民協働推進課
木曜日	～12/18免疫力アップ教室(第3回) (イコス上尾)	市民協働推進課
木曜日	～12/18はじめての津軽三味線～和の音色を奏でる第一歩～	大谷公民館

連携事業数	450
市民団体登録数	133
あげぶらスポット数	37