

元気磨きたい メンバー募集中！

やいがい・仲間・元気づくりを一緒にしませんか？

PR動画ができました！
元気磨きたいの活動を
詳しく知りたい方は
こちら→→→



★仲間とできる健康づくり



●「元気磨きたい」とは・・・？

まずは『自分が元気に！』そして、『燕市をもっと元気なまちに！』という思いをもって燕市に健康づくりを広めている団体です。元気磨きたいとして、まずはあなたの元気を膨らませてみませんか？運動・食事・音楽など、様々なテーマで活動しています。自分の興味のあるテーマを選んでみましょう！

テーマ別プロジェクト

にこっち体操	にこっち楽団(らくだん)	楽しく脳トレ	花☆はな宅急便
市内サロン等で笑顔になれるにこっち体操を普及しています！	ハンドベルや歌、打楽器演奏など音楽を通して元気を広めています♪	様々な脳トレをとおして交流します。 	花や野菜づくりをしながら、親子との交流も楽しめます。
わくわく手芸	令和元気の会	健笑にこにこ運動TAI 	劇団 花咲か でんでん(むし)
折り紙・小物づくりなど、手先を動かします。作品のおすそわけも楽しんでいます♪	語り合いを大切にしながら市内の魅力を再発見しています。	脳トレや筋トレ、レインボー健康体操をしています。	方言満載の健康劇を出前公演しています！！
にこっち16SPJ 	にこっちウォーキング	ほっこりわくわく元気になるろう会	GO!GO!楽笑会(らくしょうかい)
元気磨きたい全体活動の企画・運営をしています。磨きたいの魅力を発信します！	市内や各地の名所を巡るウォーキングの企画・運営をしています。	元気になる活動を目指し、話やゲームで交流します。	みんなが元気になれるイベントなどの企画・運営をします。
着楽塾(きらくじゅく) 	健診PR隊 ～健幸家族を増やそう会～	和楽*華組(わらく) (はなぐみ)	元気!なんでも歌い隊
着物を通し、自分の魅力を再発見！着付けの練習や、着物の魅力を発信します！	燕市民の健康を願い、健診のPR活動をしています。	地域の交流の場でゲームなどを通して元気の交流をしています。	歌の練習、歌をとおして交流しています♪
HIP-HOPダンス	男のチューボー 	スマイル食L♡ve(クラブ)	にこっちアート
ダンスで若返って元気になろう！HIP-HOPダンス作り、練習、普及をしています！	男性も料理を覚えて素敵な自分に！野菜を使った簡単な調理実習をしています★	食を通して、笑顔と元気を増やします！保存のきく食品作りと発信！	アートを通じて元気の交換♪絵を描いたりぬり絵などをして交流します！
にこっちデジタル 	NEW 楽しくおどい隊 	活動日や詳細は、燕市保健センター(0256-93-5461)までお気軽にお問い合わせください。つぼめ元気がやきポイント事業	
みんなで教え合う・学び合うを大切に★スマートフォンの使い方練習、ITでの発信をします。	各地の民謡を踊って健康づくり！踊りをとおして交流しています！	つぼめ元気がやきポイント事業 5PMメニューです！ 	