

とんだばやし 健幸サポートチャンネル

富田林市
ウェブサイト内



健康で長生きするために、
どんなことに気をつけたら
いいのかな…

父が閉じこもりがちで、心配。
健康に過ごしてもらうために、
役立つ情報が欲しい…

外出自粛で趣味
活動も参加できず、
運動不足…

介護予防をしたいけど、
人が集まる場所は苦手…



そんなときは、パソコンやスマホを使っ
て、自宅でもできる健康なからだ作りを
おすすめします。

「とんだばやし健幸サポートチャンネル」
には健康に役立つ体操やお話の動画が
たくさんあります。

どうすれば
見られるの？



ウラ面をみてね！



●企画・作成●

とんだばやし健康市民フォーラム実行委員会

富田林医師会／富田林歯科医師会／富田林薬剤師会／富田林市／
大阪府済生会富田林病院／PL病院／大阪府富田林保健所／
大阪大谷大学／富田林市地域包括支援センター

とんだばやし 健幸サポートチャンネル

富田林市
ウェブサイト内



かんたんアクセス方法

その1:QRコードを読み取る

- ①スマホのQRコード読み取りアプリやカメラ機能を使って、右のQRコードを読み取る。



- ②表示されたURL を選択(クリック)する。

URLの表示例

<https://www.city.tondabayashi.lg.jp/soshiki/26/48113.html>

その2:検索ワードでさがす

- ①パソコンやスマホで下の検索ワードを入力する。

 

- ②検索されたページのうち、
オンライン健活をしよう！ とんだばやし健幸サポートチャンネル
を選択(クリック)する。



SDGs 未来都市
富田林
ACT FOR 2030



富田林市は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています