

令和7年度 鳥取県 健康アンバサダー派遣事業

プロの指導を直接 受けてみませんか?

無料

主催：鳥取県スポーツ振興局スポーツ課

健康体操「咲花笑」で
笑みの花を咲かせましょう!



地域の集まりやイベントなどに、健康アンバサダーを無料で派遣します。
豊富な経験と実績を持つプロが、日常生活の中でできる運動や体操を、実技を中心に分かりやすく指導します。皆さん、気軽にできる運動と一緒に楽しみましょう!
「ねんりんピックはばたけ鳥取2024」のために創作された健康体操「咲花笑(さかえ)」を中心に、対象者にあった運動をご提案します。ご希望に応じた内容をプラスすることも可能ですので、お問い合わせください。

活用
シーン

地域の公民館や町内会で!
大好きな仲間が集まって!

運動会やイベントで!
肩こり・腰痛などの予防に!

職場の健康づくり・朝礼に!
筋力をつけたい方に!

学校行事やPTA行事に!
ダイエットに!

健康体操「咲花笑(さかえ)」とは

「ねんりんピックはばたけ鳥取2024」のために創作された健康体操。鳥取県出身の作曲家・岡野貞一氏が作曲した「ふるさと」にあわせて全身を動かします。ねんりんピックをきっかけに、「故郷に帰ってくる気持ちでまた鳥取に訪れてほしい」という願いを込めています。フレイル予防に効果的な運動で構成され、立位でも座位でも楽しめる簡単な運動です。「咲花笑」を通じて運動習慣を身につけ、健康で笑顔の花が咲く鳥取県にしましょう!

応募要項

派遣期間/
2025年6月1日～2026年2月27日

- 予定回数30回 ※先着30組
- 対象／鳥取県民が主催するグループ
- 費用／無料
- 派遣地域／鳥取県全域

お問い合わせ
お申し込み先

健康アンバサダー派遣事業運営事務局
(Fitness Ja-んぐる内) 〒680-0871 鳥取県鳥取市吉成南町2-9-10
TEL/FAX/0857-53-4742 mail/sakae@ja-nguru.com



「令和7年度 鳥取県 健康アンバサダー派遣」申込用紙

下記の申込用紙に必要事項を記入のうえ、電子メールまたはFAX、郵送でお申し込みください。

- ▶電子メール：sakae@ja-nguru.com
- ▶F A X：0857-53-4742
- ▶郵 送：最下部の健康アンバサダー派遣事業運営事務局へ

【FAX用】参加申込書

FAX送信先: 0857-53-4742

電子メールまたは郵送でお申し込みの場合は、下記の申込用紙に沿って、必要事項を記入のうえご送付ください。

申込日	令和 年 月 日 ()		
希望する 指導内容			
派遣希望日時	令和 年 月 日 () 時 分 ～ 時 分		
派遣会場	住 所:		
	会場名:		
催し物の名称			
受講者	受講者又は団体等名称:		受講者予定数:
	※団体名がなく受講者層を記載する場合は、「地域住民」「学生」「主婦」などのように記載してください。		約 名
申込者情報	所属団体:		担当者名:
	電話番号:		
	住 所:		
その他要望			

お問い合わせ
お申し込み先

健康アンバサダー派遣事業運営事務局
(Fitness Ja-んぐる内) 〒680-0871 鳥取県鳥取市吉成南町2-9-10
TEL・FAX／0857-53-4742 mail／sakae@ja-nguru.com