健康づくりが、いちばんの防災！

健康×防災ウォーキング





楽しく歩いて足腰イキイキ！いつものお散歩が、いざという時の安心に。
みんなで笑顔でおしゃべりしながら、支え合いの第一歩を踏み出そう！

日時 2027年1月10日（日）

13：00～16：30 （12:45受付開始）

主な対象 50歳以上

（親子・学生さんもOK！何歳でも大歓迎）

集合 大阪大学 中之島センター 7階

準備 飲み物、タオル、動きやすい服装

（スニーカーや長ズボン）

内容

- 会場周辺のウォーキング60分程度（小雨決行）
- 健康維持と防災の意見交換・研究紹介



参加無料！「防災食」をプレゼント！

問い合わせ先

認定NPO法人
日本災害救援ボランティアネットワーク
（NVNAD）

nishinomiya@nvnad.or.jp

参加申込はこちら▶

12/25(金)正午〆切
先着30名！

https://forms.gle/HC2tY7sVoxjP7ijZ8

主催： 大阪大学大学院人間科学研究科 渥美研究室
共催： 認定NPO法人 日本災害救援ボランティアネットワーク（NVNAD）
企画・運営協力： 村上 尚子（大阪大学学際大学院機構 特任助教/看護師・保健師）

※ 本イベントは大阪マラソン2027 チャリティパートナーの寄付金を活用して開催しています。