



参加者募集!

新たな自分を発見

大人のクラフト教室



ものづくりや創作活動で健康づくり!

新たな仲間づくりのきっかけになるかも!

自分でも気づかなかった一面に出会えるかも!?

2025年11月からスタート!

はしもと総合診療クリニックが運営する地域活動団体「ちいちかけん」が主催する本プログラムは、これまでの活動を通じて得た経験を基に、「園芸」と「木工」を通じた健康づくりプログラムを提供します。内容は理学療法士、園芸療法士が考案したものです。ぜひこの機会に興味やものづくりを通じた健康づくりをご体験ください。

園芸

園芸を通じた創作活動

- ・寄せ植え
- ・押し花など



木工

ものづくりにチャレンジ!

- ・プランター
- ・巣箱
- ・ベンチなど



健康チェック

健康づくりのチェック!

- ・インボディ
- ・アンケート
- ・体力チェックなど



はしもと総合診療クリニック

ちいちかけんは活動理念である「地域に力と健康を」の頭文字を抜き出して生まれた言葉で、はしもと総合診療クリニック、つむぎ薬局が運営する地域活動団体です。休診日のクリニックを活用した地域住民向けイベントの開催や、市民活動センターのイベントの企画など、地域住民の皆様の健康と安心して暮らせるまちづくりのために、名張市内の様々な場所で活動しています。

本事業は、高齢者が介護予防活動を通じて自分らしく地域で暮らし続けられることを目的として、名張市役所から委託を受けて実施するものです。

主催：はしもと総合診療クリニック/ちいちかけん
協力：蔵持市民センター/合資会社向井製材所/まの図工室