

保健課 から 3人で歩いて健康UP事業 のお知らせ

保健課では、生活習慣病予防のための運動習慣定着を図ることを目的として、仲間を3人募り2ヶ月間、各自50万歩、3人で150万歩を目指す事業を昨年度に引き続き行っています。実施期間は、7月から来年1月末までとなっています。昨年挑戦された方からは、「歩くことが習慣になった。仲間と励まし合いながら楽しく歩くことができた。」などの感想をいただきました。

つきましては、今年度挑戦する仲間が3人集まりましたら、参加募集のチラシ裏の申込書に必要事項をご記入のうえ、保健課又は加茂川総合事務所、各支所、出張所にご提出ください。尚、参加希望の方で、万歩計がない方には、万歩計の貸し出しを行っておりますので参加申込の際にお申し出ください。詳しい内容につきましては、保健事業ガイドブックをご覧ください。

また、ご不明な点がありましたら保健課電話0866-54-1326番までお問合わせください。

注1：1回の放送は400字以内です。 注2：同一内容の放送回数は、原則として4回までです。
注3：書式（フォントサイズ・間隔・行間等）を変更しないでください。