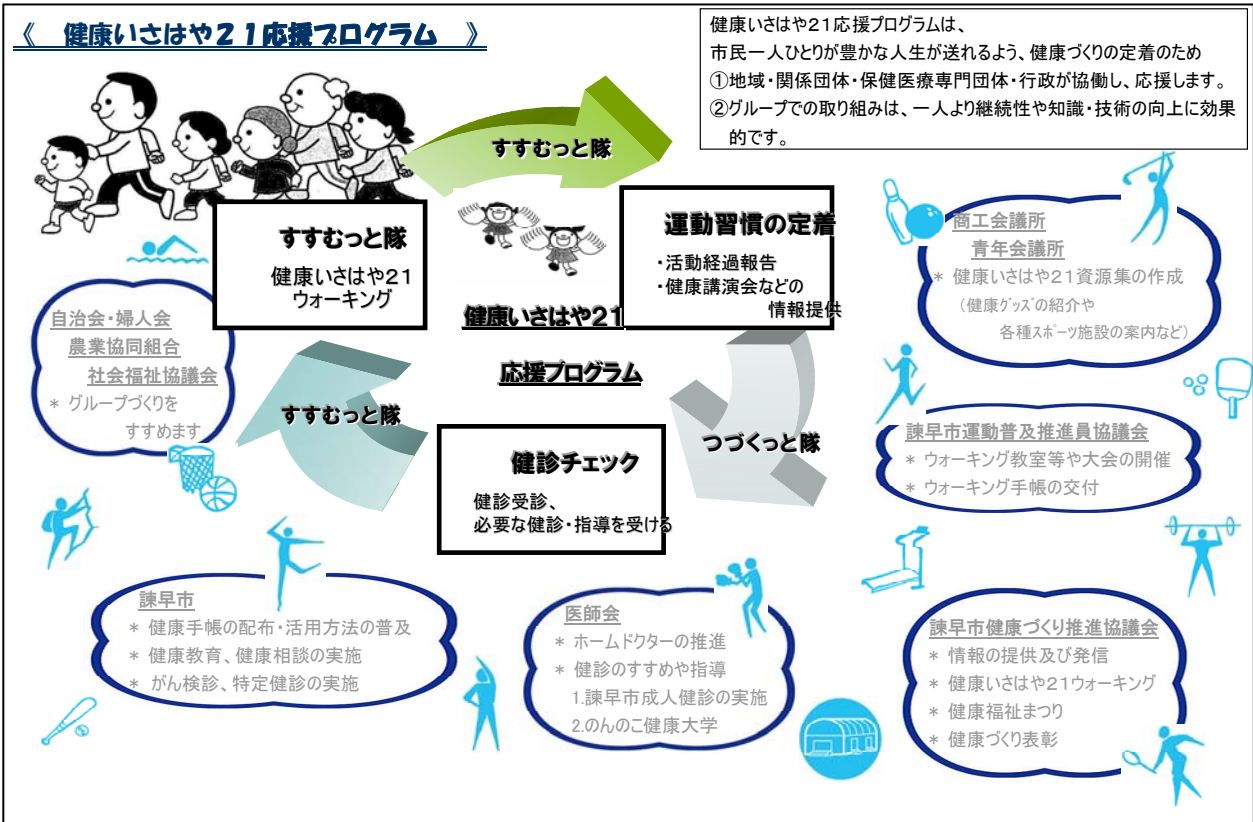


サポート教材「つづくっと隊」

成人期

職場や地域で組んだ5人以上のグループのグループリーダーへ、健康情報を継続的に発信します。グループでの取り組みは、一人より継続性や知識・技術の向上に効果的です。家族や友人、職場の仲間とぜひお申し込みください。



【市民の声】

- ・継続的に健康情報が届くのがいいですね
- ・友人を誘って、健康福祉まつりに参加しました。
- ・のんこの健康大学に参加申込をしました。健康づくり講演会にも参加しています。

【身体活動・運動班からのメッセージ】

- ・現在、40組ほどのグループが登録されています。健康づくりの取り組み方は、人それぞれ。グループで取り組みたい方は、ぜひご活用ください。