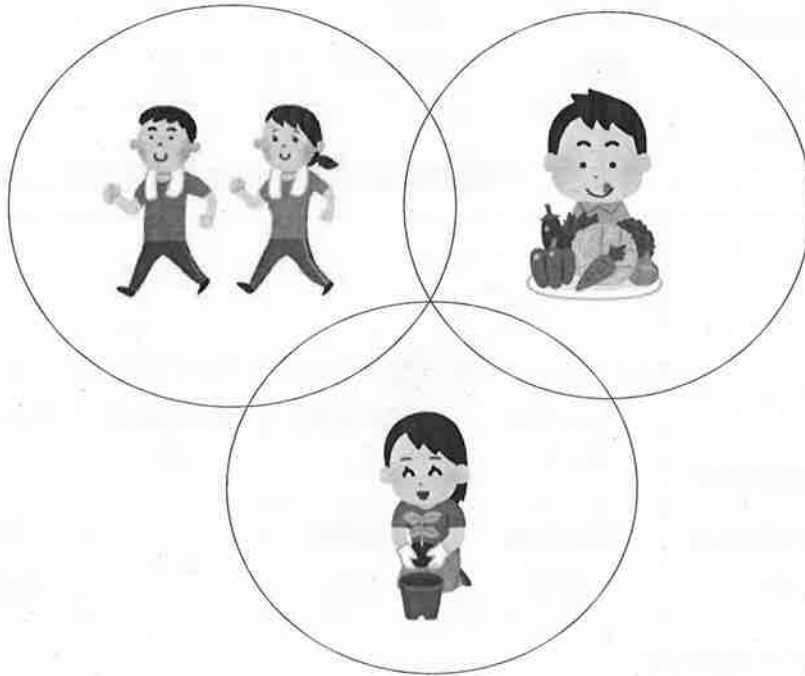


令和3年度 会津坂下町健康ポイント事業

今だからこそ
自宅で運動
健康管理

手軽に、楽しく、健康づくり

わたしの健康ポイント記録



期 間

令和3年6月1日～令和4年3月1日まで
※令和3年4月1日からさかのぼっての参加OK!

対 象 者

会津坂下町に在住の18歳以上の方
(高校生を除きます)

参加方法

2枚目以降の記録は、「健康増進係」または「中央公民館」や「各コミセン」でお渡しします。

1、目標を決める

B 毎日の健康づくり
ポイントの目標を
決める

2、健康づくりに取り組む

- A 健診をうける
- B 健康づくりポイントを続ける
- C 健康教室や社会参加に取り組む
- D 友達に紹介する

3、ポイント達成

ポイントが集まったら
健康増進係
中央公民館 へ提出
各地区コミセン
バンビィ



氏名 _____

会津坂下町

