

麻生区 長寿日本一

～今月の区役所からのメッセージ～

9月1日～30日は 健康増進普及月間

1に運動 2に食事



かわさき健幸うさぎ
「はっぴーちゃん」

しっかり禁煙 良い睡眠



認知症予防には社会参加を！

～区役所イベント～

◎運動×食事で自分とまちを元気に！

【ボランティア養成教室】9～10月 詳しくは→

◎手のひらをセンサーにあてるだけでわかる！

【推定野菜摂取量測定会】9/9(水)イオンスタイル新百合ヶ丘 15:00～16:00



ホームページ

男性 84.0歳
女性 89.2歳
皆さんの努力が
実を結びました！



禅寺丸柿キャラクター
「かきまるくん」

健康寿命を
延ばそう！