



【PR 班】

PR 活動に取り組み
イベント等に参加します。
また、休養・こころの健康につい
ての周知活動も進めています。



【チーム食生活レモン】

健康づくりは、
バランスの良い食事から！
栄養・食生活の推進に
取り組んでいます。



【ウォーキングⅡ班】

定期的な運動の実施を目標に、
あきる野を楽しく歩いて健康づくり！
ウォーキングイベント等を企画し、
「歩いて健康づくり」をすすめています。

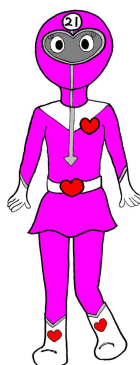
<問い合わせ・申込み>

あきる野市役所健康課健康づくり係 電話：042-558-1183(直通)

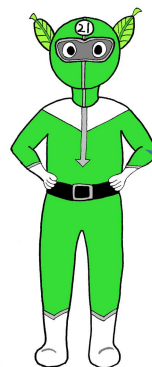
あきる野戦隊

健康仮面

健康仮面ブルー
38歳



健康仮面ピンク
23歳(推定)



健康仮面グリーン
48歳(推定)