



## 健康フェア 2017 健康貯金をはじめよう！

日時： 平成 29 年 11 月 19 日（日）  
場所： アビスタ（手賀沼公園内）  
費用： 無料（販売あり）  
内容： 「健康貯金をはじめよう！」をテーマにした体験型イベント。  
主催： 健康フェア 2017 実行委員会

市では、平成 27 年度から平成 36 年度の 10 年間を計画期間とし、生活習慣の改善や疾病予防等の「一次予防」の実践および、「健康寿命（健康で自立した生活をおくることができる期間）」の延伸を図るための計画として「第 2 次心も身体も健康プラン」を策定し、推進しています。

健康寿命を延伸していくためには、まず「一人ひとりが自ら実践への努力を始めることを認識し、実践すること」、次に「一人が周りを巻き込んで健康づくりに取り組んでいくこと」が望まれます。

幅広い世代に対して健康に関する情報を伝え、健康づくりのきっかけづくりとなる場を提供するため、毎年 11 月に健康づくりイベントを開催しています。今年は日頃からコツコツと自分の健康のために行動することを「健康貯金」とし、「健康貯金をはじめよう！」をテーマに「楽しく」・「美味しく」・「癒されながら」健康貯金ができるブースや、健康貯金額を「確かめる」ブースがたくさん出展します。もれなく景品が当たるクイズラリーも実施！ぜひ興味のあるブースに立ち寄って健康づくり体験をしてみてください。



### 【問い合わせ】

我孫子市健康づくり支援課

計画推進担当 清水・千歳・森山・伊井澤

☎ 04-7185-1126（直通）