

HPを見る 記事ID 9551

国保の未来 について 考えよう

問 保険医療課 ☎56-0618

＼毎日元氣！／
まちの健康教室&
YG(ワイガヤ)座談会より

教室に参加しているみなさんは、毎日自分で工夫しながら健康のためにいろんなことに取り組んでいます。そのほんの一部をご紹介します。

毎日、お風呂
“ストレッチ”
しています。

買い物は
できるだけ
歩いて行って
います。

毎日体温を計って、
食生活に気を
付けています。

心の健康
わか
ばか
“馬鹿さ”(若さ)加減を
大切にしま～す。

