

健活!

さがみはら



～みんなで伸ばそう健康寿命～



相模原市は、皆さんの健康づくりを応援します!

皆さんは、健康のために取り組んでいることはありますか?

10年後・20年後の将来も、健康で生き生きと過ごすためには、今から健康づくりを続けていくことが大切です。

気軽にできる『健活』を今から始めてみませんか。

市ホームページやフェイスブックで健康づくりのお役立ち情報を発信しています。

ぜひ活用してください!

※「健活」は、健康づくり活動を略した造語です。