

減塩・運動・禁煙

～しろし!するじゃん!するじゃんけ!～

働き盛り世代の危ないメタボ!!

定年後の健康を手に入れるための 今すぐ役立つ運動情報!

ホームページのご案内

するじゃんけ\_健康づくり

検索



中北地域・職域保健連携推進協議会



残業するなら、夕方おにぎり、  
帰宅後野菜で健康な毎日

夕食が遅くなる働き盛り世代必見!

「食っちゃし」とは言わないから、ちょっと見てみるし!!

ホームページのご案内

するじゃんけ\_健康づくり

検索



中北地域・職域保健連携推進協議会



### < 使用に関する留意事項 >

#### 【編集】

・文字の大きさやフォントの変更は可能だが、文字の削除や加筆をしないでください。

#### 【その他】

・印刷状況によっては、QRコードが活用できない場合がありますので、ご注意ください。