

働く世代も
シニア世代も

地域とつながって 健康になろう



これを読めば
＼地域のつながりづくり/
プラス＼健康づくり/の
“活動”を
知ることができます



ちょっと実行、
ずっと健康。



地域とつながる最初の一步を踏み出してみませんか？

インターネットで検索

各区市町村のホームページへのリンクがあります。
まずはアクセス！

とうきょう健康ステーション 地元とつながって **検索**



<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kensui/kankyo/connect/index.html>

自治体の広報紙等で探す

自治体主催の公開講座等は広報紙やホームページに
お知らせが掲載されることがあります。
地域で活動しているグループを紹介する場合があります。



古紙パルプ配合率60%再生紙を使用



この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

令和2年3月発行 印刷番号 (31) 269
東京都福祉保健局保健政策部健康推進課
東京都新宿区西新宿二丁目8番1号
電話：03-5320-4356 (直通)