

回覧

はかろう体重！ あるこう南区！ 大作戦

30日分体重か歩数をはかるだけ！

体重や歩数を記録することで、日常生活のちょっとした見直しができます。専用の記録カードを大通地域生活センターにて用意しています。

楽しく取り組んで、素敵な達成賞と健康を手にしましょう。



推進キャラクターのはかりすくと一緒に楽しみながらチャレンジしてみよう♪