

# 『チャレンジ！健康寿命アップ啓発ブース』

「健康寿命の延伸」には、バランスの取れた食生活や運動習慣の定着による「生活習慣の改善」をはじめ、特定健診やがん検診受診による「早期発見・早期治療」等が重要となりますが、何より、お一人おひとりの自発的な行動が健康保持・増進の「源」となります。



そこで、「健康チェックコーナー（血管年齢測定、肺年齢測定、体内年齢測定）」や「健康づくりのためのお役立ち情報の紹介」等を通じて、働き盛り世代の皆様の健康づくりをお手伝いいたします。たくさんの方の御参加をお待ちしています。

※協力団体：全国健康保険協会徳島支部、（公社）徳島県栄養士会、徳島県食生活改善推進協議会、NPO法人AWAがん対策募金

7

## 徳島県健康増進課

〒770-8570 徳島市万代町1丁目1番地  
TEL.088-621-2208 FAX.088-621-2841  
✉.kenkouzoushinka@pref.tokushima.jp