

- ◇しまね健康寿命延伸プロジェクトでは、今よりもうひとつ健康づくりに取り組む「+1(プラスワン)」活動を進めています。
- ◇昨日より一歩、健康に近づく具体的な「+1(プラスワン)」を「今週の+1」として紹介しています！
- ◇ホームページ、facebook、Twitterでも発信中！

# 今週の+1

(8/29~9/4)

いよいよ

「しまね☆健康づくりチャレンジ月間」  
が始まる！

プラスワン  
チャレンジする「+1」を決める( ^ V ^ )



しまね☆健康づくりチャレンジ月間の詳細はこちらから！

