## 高千穂町健康増進計画



高千穂町の目指す姿を目標に、 町民みんなでできる健康づくり (行動計画) を作成しました



5つの分野と めざす目標



動>

楽しい運動 笑顔の家族



休養上手で 笑顔の家族

顱

家族みんなでにっこ 1回誰かに笑顔を見



健診・医療

健診は家族の 笑顔の第一歩



春>

家族の笑顔は 食卓から

< 実 践 4

h な で 支

< 旗

お口から始まる 健康生活

住民 自分が できそうなこと

家族

できそうなこと

**地**域 地域が

できそうなこと

行政 まちが 取り組むこと

家族が



計画には、分野ごとにひとりひとりが取り組めることが、書 かれています。

みんなで力を合わせて、健康の木を育てていきましょう!

中をご覧ください

