

運動不足を行動に！

～バランス良く食べて しっかり消費しよう！～

毎日なら

10分間の早歩き

(音楽3曲分♪)



ちょっと汗ばめば 十分効果あります

生活習慣病は 若い世代から！

埼玉県鴻巣保健所 生活習慣病予防キャンペーン実施中



彩の国 埼玉県

埼玉県のマスコット コバト