

みが
男を磨こう！

目指せ85センチ
未満

腹囲*が1cm細くなると、体重が約1kg減ります。
健康診断(特定健診・特定保健指導)等で、自分をチェック！



* 腹囲とは
へその高さのお腹周りの
ことです

埼玉県マスコット「コバトン」

埼玉県鴻巣保健所・鴻巣市・上尾市・桶川市・北本市・伊奈町
～生活習慣病予防キャンペーン実施中～

作成発行 埼玉県鴻巣保健所