

藤沢市

藤沢市を元気に!!
健康寿命の延伸をめざす
「藤沢市健康増進計画
(第3次)」スタート

今年度から藤沢市では、「藤沢市健康増進計画(第3次)元気ふじさわ健康プラン」をスタートさせました。この計画では、3つの重点プロジェクトとして、「知る・気づく・行動する」「いつまでも元気に歩ける体づくり」「人と社会とつながる健康づくり」を掲げ、健康寿命延伸に向けた取り組みを進めています。

今年度は、プロジェクトの関連事業として、医師会との共催で「骨と関節の健康フェスティバル」、薬剤師会との共催で「薬と健康の週間イベント」、地域で活動する団体の方との交流も兼ねた「健康フェスinふじさわ」を開催し、多くの方に参加していただきました。

また、日常生活の中で気軽に歩く楽しさを知ってもらう「ふじさわ歩くプロジェクト」では、市で作成した「ウォーキングマップ」をもとに、SNSなどで市内13地区の魅力や歩くことの楽しさを発信しています。

これからも、みなさんが楽しく健康づくりに取り組めるよう事業を進めていきます。詳細は市の健康づくり課のページへ。



ふじさわ歩くプロジェクト



骨密度を測定する
ふじキュン♡

問い合わせ 広報シティプロモーション課 ☎内線2121、FAX(24)5929

寒川町

みどころたくさん!
歩いて観光と健康づくりを
楽しもう!

寒川町は町観光協会と共同で、ウォーキングガイドマップ「てくてく寒川シリーズ」をリニューアルしました。ガイドマップには、地元で採れた新鮮な野菜が手に入る「わいわい市」などを巡るコースや寒川の史跡などを巡るコースなど、テーマに沿った7つのコースがあり、新たに所要時間、歩数、消費エネルギーも分かるようになりました。

消費エネルギーは、寒川神社の縁起物で町の名物でもある「八福餅」何個分に相当するかで表し、各コースの見どころも掲載されており、寒川の魅力を再発見することができるガイドマップになっています。

ガイドマップは下記の2次元コードからダウンロードできるほか、町観光協会でも配布しています。平坦な地形の寒川町は、子どもから高齢者まで幅広い年代の方が歩いて巡ることができるので、楽しみながら観光と健康づくりをしてみませんか。



寒川町観光協会
町歩きコース一覧



問い合わせ

寒川町健康づくり課 ☎0467(74)1111、
FAX 0467(74)9141



藤沢市・茅ヶ崎市・寒川町の2市1町で広報の相互掲載をしています。
今回のテーマは「健康」です。

茅ヶ崎市

歩いて発見、歩いて健康。
アプリで楽しむ
茅ヶ崎の冬さんぽ

寒さで外を歩くのが少しおっくうになる季節こそ、楽しく歩ける仕掛けがあると続けやすくなります。

茅ヶ崎市内を巡る散策アプリ「てくてく探偵茅ヶ崎」は、茅ヶ崎市博物館のイベントの他、テーマに沿ったモデルコースの情報が充実。アプリ上でクイズを解いてスタンプを集めながら文化財や観光スポットに触れることで、普段の道も新しい発見に変わります。また、アプリ内のナビ機能では現在地周辺の見どころを簡単に確認でき、今いる場所から、目的地までの経路も調べられます。

冬の澄んだ空気の中、健康づくりをかねて茅ヶ崎の魅力を探ってみませんか。

※移動中の携帯電話の操作・注視は危険です。安全な場所に立ち止まって操作してください



スタンプラリーに挑戦



茅ヶ崎市
博物館

問い合わせ

茅ヶ崎市広報シティプロモーション課
☎0467(81)7123、FAX 0467(87)6345

市の情報をよりスマートに

問い合わせ 広報シティプロモーション課 ☎内線2122、FAX(24)5929

「広報ふじさわ」をスマホでご覧になれます

市では「広報ふじさわ」のスマホ対応版を開設しており、外出先などでも気軽にご覧になれます。



【主な特徴】

- ◎閲覧しているページから直接電話やEメールの発信ができます
- ◎閲覧しているページから施設の地図表示、リンク先ホームページへの移動などができます
- ◎藤沢市LINE公式アカウントの「受信設定」から受け取りたい情報として「広報」を選択すると、発行日にあわせて市のホームページの広報ふじさわ一覧にアクセスできるお知らせが届きます

藤沢市広報シティプロモーション課 X (@fujisawacitypro)

広報シティプロモーション課の公式アカウントです。市からのお知らせやイベント情報などを発信します。



Facebook をご覧ください

市公式Facebookページ「ColorFULL FUJISAWA(カラフルフジサワ)」は、身近な話題やホットな情報など、本市の色とりどりの魅力的な情報を提供します。

見るだけならFacebookアカウントの登録は必要ありませんが、「いいね」ボタンを押したりコメントしたりする際には登録が必要です。



市公式 Instagram(@fujisawakyun)

藤沢ならではのイベントや街並みなど、藤沢のさまざまな魅力や情報を年間を通して投稿します。



ふじキュン♡公式 X(@Promo_Fujisawa)

ふじキュン♡が藤沢の魅力を発信します!

