

2019

9 September



今月の目標

達成度

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1 O 327日 P 359日	2 O 326日 P 358日	3 O 325日 P 357日	4 O 324日 P 356日	5 O 323日 P 355日	6 O 322日 P 354日	7 O 321日 P 353日
8 O 320日 P 352日	9 O 319日 P 351日	10 O 318日 P 350日	11 O 317日 P 349日	12 O 316日 P 348日	13 O 315日 P 347日	14 O 314日 P 346日
15 O 313日 P 345日	16 O 312日 P 344日 敬老の日	17 O 311日 P 343日	18 O 310日 P 342日	19 O 309日 P 341日	20 O 308日 P 340日	21 O 307日 P 339日
22 O 306日 P 338日	23 O 305日 P 337日 秋分の日	24 O 304日 P 336日	25 O 303日 P 335日	26 O 302日 P 334日	27 O 301日 P 333日	28 O 300日 P 332日
29 O 299日 P 331日	30 O 298日 P 330日			O 000日 東京オリンピックまでの日数 P 000日 東京パラリンピックまでの日数		

健康を 楽しく!

藤沢市では、「健康寿命日本一をめざすリーディングプロジェクト ～健康を 楽しく」を策定しました。

健康寿命とは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」です。個人の生活の質の低下を防ぎ、社会的負担を軽減するためには、健康寿命を延ばす（不健康な状態になる時点を遅らせる）ことが重要です。

市民の誰もが気軽に楽しく健康づくりに取り組むことができる環境整備や「気づく」「やってみる」ための情報提供を行っていますので、健康寿命を延ばすために、ぜひ藤沢市からの情報をご活用ください。

健康についての情報はこちら▶▶▶ [藤沢市ホームページ](#)

[ふじさわ 健康づくり](#)

[検索](#)

