



令和4年度

# けんチャレ！ けんこうづくり チャレンジ企画

あなたはどれにチャレンジする？

いずれかチャレンジして写真を送ろう！  
おうちの方と一緒にやっつね

## ①ベジ足し

ベジ足しパンフレットの  
 中から好きな料理を  
 作って写真を撮る



## ②歩いて発見

燕市内を歩き、いいもの  
 いいところを探して  
 写真を撮る

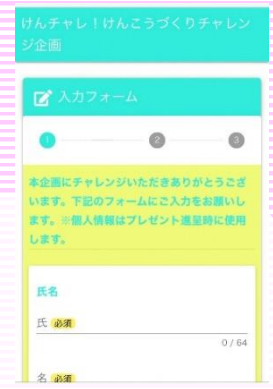


## ③笑顔あつめ

周りの人の元気の素を聞き、  
 笑顔の写真を撮る



③はこちら



①②はこちら



- ①携帯電話等のカメラ機能や二次元コードの読み取りアプリでコードを読み取る
- ②ホームページアドレスが表示されたら押す
- ③右の画面が出てくるので、入力して送信する

(入力方法など分からない場合は、保健センターにお問合せください)

## プレゼント進呈

送っていただいた中から、先着で  
 プチプレゼントをさしあげます！



しよつきあらいスポンジ

おてづだいが先のしくなります♪

健康づくりに大切な、食事と運動、そして笑顔😊  
 楽しみながら取り組んでみましょう。報告、お待ちしております！



【問合せ先】  
 燕市役所健康福祉部  
 健康づくり課(燕市保健センター)  
 TEL 0256-93-5461