



# 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てみよう

## 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！



置いて測れる軽量スプーン！  
お手頃が楽しくなります♪

本事業は「健康づくりスタンプラリー企画」  
対象事業です。報告者にはもれなくカードと  
スタンプシールを送付いたします。

詳細はこちらから▶



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