

ぐんま健康寿命

日本一  
プロジェクト

プロジェクト 10000

※一般個人



### SDGs・産官学民の協働

- ・ぐんまの恵まれた自然を生し、健康で幸福度を高める
- ・人生100年時代に向けて、生涯現役意識の変化
- ・ウォーキング等、運動・食・睡眠での体力作りの推進
- ・観光・温泉文化・農畜産物での健康産業の推進
- ・就労80歳に向けて社会貢献・共助



## ●あなたのオリジナルの「日本一」で参加しましょう



- ・群馬県アプリG-Walk+8000歩のうち20分の早歩き
- ・通勤2kmは歩こう
- ・禁煙・禁酒
- ・趣味の充実
- ・食腹八分目でおいしく食事
- ・メタボ改善
- ・社会活動への参加
- ・睡眠時間をタップリと8時間



## ●プロジェクトメンバー（発振側）に参加しませんか？

### ●募集期間

令和5年7月～令和7年3月



# プロジェクトメンバーに参加 (発振側に参加)

下記ご参加・ご協力いただける項目の□にチェックし、  
必要事項をご記入いただき、メールまたはFAXにてお送りください。

<宛先> NPO法人日本健康文化協会

メール : kenbun@jhca100.net FAX : 027-212-7311

- 広報活動、県民運動のための表現・SNSでの発信
- 健康づくりのための所有データの共有し合う
- セミナー・フォーラム・フェスティバル・ウォーキングに協力する
- 協会会員拡大（法人会員・個人会員）（Get100パスポート協賛店）  
（寄付）の参加と紹介
- ボランティアの参加と紹介

一言

記入日：            年    月    日

氏名	フリガナ		
住所	〒		
電話番号		F A X	
E-mail			

【問合せ】 NPO法人日本健康文化協会 事務局

電話・FAX : 027-212-7311 (平日10時~15時)

E-mail : kenbun@jhca100.net

ホームページ : <https://jhca100.net/>

