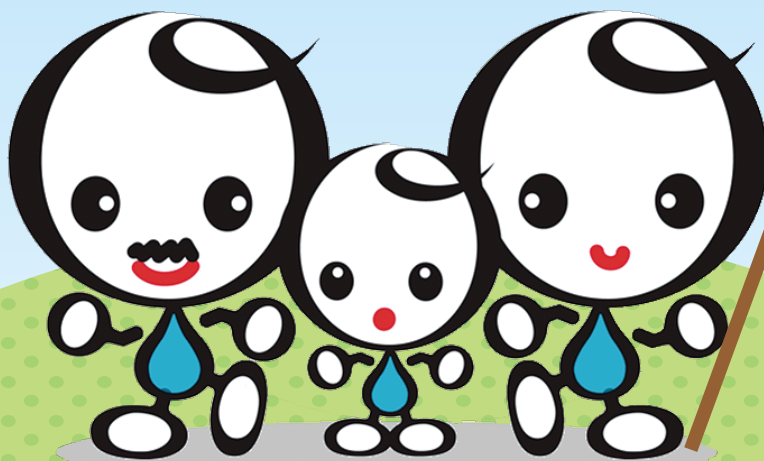


# 第2次 おいらせ町

## 健康増進計画・食育推進計画

### ～“<sup>い</sup>生き<sup>い</sup>活きランラン”プラン2～

～めざす姿～  
みんなが互いに助け合い  
健康でこころ豊かに暮らせる町



おいらくん健康ファミリー

おいらせ町では、町民みんなが互いに助け合い、健康でこころ豊かに暮らす社会をめざし、平成34年度までの10年間を計画期間とした「第2次おいらせ町健康増進計画・食育推進計画」を策定しました。

このパンフレットは、町民のみなさんに取り組んでいただきたいことを紹介しています。さあ、できることからはじめてみましょう。

本計画の詳細は、町ホームページでご覧いただけます。

<http://www.town.oirase.aomori.jp/>

P1 計画の  
めざすもの

P2 身体活動・  
運動

P3 こころの  
健康づくり

P4 歯の  
健康づくり

P5 たばこ  
アルコール

P6 疾病予防

P7～8 食生活栄養  
第2次食育推進計画

P9～10 町内の医療等  
関係機関一覧

紙  
こんな時は  
裏  
ご相談ください