



毎月11日は  
健康の日

# 健康クイズ&コラム



クイズ  
・答え



7月11日を含む1週間は伊勢市の定める「〇〇〇〇週間」ですが、〇〇〇〇とは？

- A 健康文化
- B 健康の日



A 健康文化

今月の  
健康  
コラム



## 「生涯を健康で暮らせる健康文化都市」

伊勢市は、平成18年7月に「健康文化都市宣言」を行い、「伊勢市健康づくり指針」を策定し、健康づくりの取り組みを推進しています。誰もがこのまちに住んでよかったと思い、生涯を健康で暮らせるような健康文化都市を目指しています。

「健康文化都市宣言」を行った7月11日を含む1週間を「健康文化週間」、毎月11日を「健康の日」と定めています。



# 毎月11日は 健康の日

「健康文化週間」や「健康の日」を中心に、健康づくりに関する様々なテーマで講座やイベントなどを開催しています。



健康づくりの取り組みや健康について考える機会として、ぜひ、お役立てください。

皆さんも楽しみながら続けられる健康づくりを実践しましょう！

