

一緒に健康づくり、始めませんか？



ボランティアに
取り組みたいあなたも！



主婦＆主夫のあなたも！



リタイアしたあなたも！



お仕事中のあなたも！

～健康づくり推進員募集中～

詳しくは2面をチェック→

- 2 健康づくり推進員はこんな活動をしています！
一緒に健康になりませんか？
- 3 多摩センターわくわくプロジェクト
- 4 シリーズ認知症豆知識

- 5 市政その他のお知らせ、市民のひろば
- 6 市民参画、相談案内
- 7・8 講座・催し物

- 9 健康だより(受診相談)
- 10 移動の不安を抱えない「住み慣れたまちでずっと暮らしたい」をかなえる多摩市を目指します！