

おおさかまるごと 健康チャレンジ 2022

大阪府生活協同組合連合が主催する、健康づくりの取り組みです。8つのチャレンジコースから好きなコースを選んで、2か月間取り組むだけ。

目的は、健康づくり運動の“習慣”を付けることです。個人でもグループ(5人以上)でも参加できます。お子様向けに“ジュニアチャレンジ”(30日間)も用意し、“できる事”からもう半歩分、楽しくチャレンジ!!

申込・問合せ先

けいはん医療生活協同組合
健康チャレンジ係(☎072-882-5025)

QRコードからでも申込みます! ➡



申込締切

9月20日

取組期間

10月1日~
11月30日

- A 運動コース
- B 食コース
- C 口の健康コース
- D 脳コース
- E 禁煙・節酒コース
- F 快適な睡眠コース
- G 肥満の改善コース
- H 私の健康法コース