

## ▼ “みんなで健活10” 動画について

“みんなで健活10” 動画は、SNS キャンペーンで投稿いただいた、皆様の健活10に取り組む様子を紹介しています。

○ “みんなで健活10” 動画(95秒)URL : <https://youtu.be/fmGz-2SDcnk> (YouTubeへ)



[はじめよう健活10]

動画の最初には、健活10に取り組むもずやんが登場します。



[健活2の紹介]

[健活3の紹介]

健活10の項目に沿って、投稿写真を紹介しています。

簡単に始められることもたくさんありますので、是非ひとつひとつの写真をチェックしてみてください。



[健活ワンポイント]

健活ワンポイントもお伝えしていますので、お見逃しなく！

▼**健活10ポータルサイトについて**

健活10ポータルサイトでは、健活10の概要、健康寿命・平均寿命などの健活データ、健康経営に関することなど、健康に関するさまざまな情報を発信しています。

○健活10ポータルサイト：<https://kenkatsu10.jp/about/#CampaignVideo>



“みんなで健活10”動画はここからご覧いただけます。

[健活10ポータルサイト]

(参考)

▼**健活10とは**

『健活10』とは、生活習慣の改善や生活習慣病の予防等に向け、府民に取り組んでいただきたい「10の健康づくり活動」のことです。

