１０月の合言葉・川柳

読むだけで健幸になる、健幸メッセージ

私の体は　私が守る　心掛け
アキ

健康は　どこにも見えない　宝物
ＥＣＯ

健診を　受けて良かった　助かった。
おこたん

ながらでの　運動みつける　日々ハッピー
あひく

今日が一番若い（今この日（この時）が一番若い）

気を抜かず　慣れた場所こそ　つま先上げて

脳トレ筋トレ　共に鍛えて　ノーフレイル

朝日浴び　今日も笑顔で　長寿かな

健幸ポイント事業に、ご参加されている皆様からご投稿いただいた、合言葉・川柳をご紹介します。日々の健康づくりにまつわる素敵な作品をぜひご覧ください。