

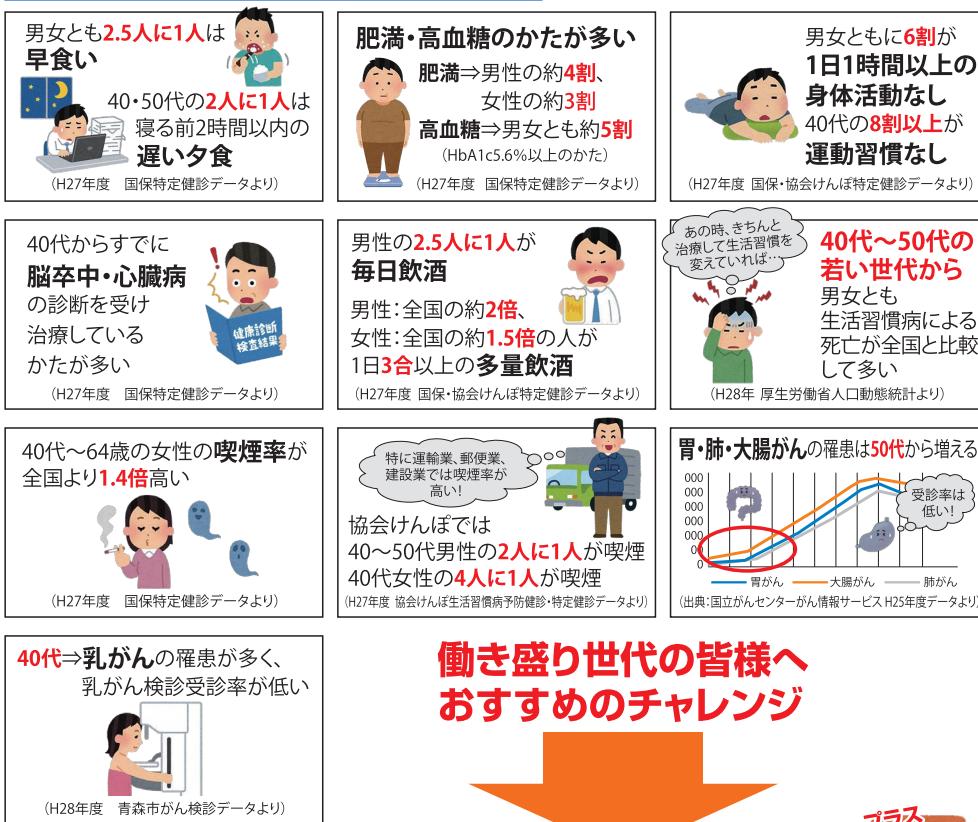
青森市

# 健康寿命延伸への戦略

市では、健康寿命延伸に向け、市民の様々な健康データをわかりやすく「見える化」した、「あおもり生活習慣病予防ガイド」を作成しました。世代別、健康課題別、地区別に健康づくりをナビゲートする予防ガイドを、ぜひ、職場の健康づくりに役立てください。お問い合わせは、健康づくり推進課 健康寿命対策室まで。

## 働き盛り世代の健康データ

40歳～64歳



## 働き盛り世代の皆様へおすすめのチャレンジ



### プラスチャレンジ



県内初!

