

東大和市健幸都市宣言(素案)

東大和市は、多摩湖のほとり、自然と文化に恵まれたまちです。

平和な世の中で、だれもが自分らしく、豊かな人生をいきいきと
おくることがわたしたちの願いです。

一人ひとりが協力して、限りある命を大切にし、健康で幸せに暮ら
せるまちを目指して、ここに東大和市を「健幸都市」とすることを
宣言します。

- ・楽しく運動を続け、身体のしなやかさ、たくましさ、機能
を保ちます。
- ・おいしく食べて、良好な身体を保つ食生活を実践します。
- ・社会活動に参加し、世代をこえて人とふれあい、楽しく交流
します。
- ・健康状態を確認するため、すすんで健診を受けます。
- ・ともに協力して、笑顔を大切にし、喜びを感じながら生活
します。