

健康づくりのためのお役立ち情報

日々の健康づくりに役立つ、健康情報を発信しています。

バナー

今月の健康トピックス（お知らせ欄）

・10 月は健康増進月間です！この機会に古都をトコトコ鎌倉健康歩イントに参加してみませんか？

・鎌倉市オリジナルのウォーキングマップ「家族で歩こう！健康かまくらマップ」をご存じですか？

健康や食に関する情報を多数掲載

鎌倉市健康づくり計画

第 3 期鎌倉食育推進計画

いきるを支える

その他健康情報はこちらから

健康管理

食

運動

シニア

関連リンク

・国、県の情報などをリンク