



今から始める エシカルライフ

# ジブンの健康からまちを元気に！

## みんなで楽しく健やかなカラダづくり

与那原町が掲げる『みんなで創ろう活気あふれる美らまち与那原』を創るための活動としてよなばる網がるプロジェクトでは、「人にも環境にも優しいまちづくり」をコンセプトに活動しています。このたび、与那原に暮らす方々の健やかなカラダづくりを通して与那原のまちをますます元気にするべくオンラインで参加できる健康づくりプログラムを開始します。お気軽にご参加ください！

season1でも  
大好評！

- \*同じ悩みを持つ仲間と励まし合いながら続けられる！
- \*グループに分かれて『知ってやってみて変わる！』を体感！

オンラインで  
実施

あなたのペースで  
気楽に続けられる

メタボ  
ダイエット  
グループ

肩こり・  
腰痛改善  
グループ

腸内環境  
(便秘下痢)  
改善  
グループ

睡眠改善  
グループ

妊活  
(プレパパママ)  
グループ

期間：2022年4月16日～7月16日（毎週土曜日全14回）

- 時間：9:00～9:30  
(初回9:00～10:00、他60分開催予定あり)
- 無料
- 定員：100名  
(最小催行人数：20名)

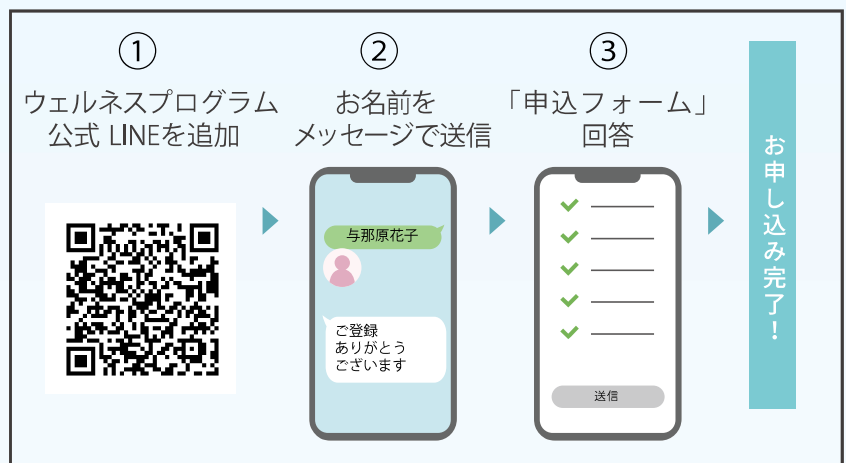


### 参加条件

- 与那原町在住の方、与那原町内に在学・勤務されている方
- インターネット環境がある方
- オンラインアンケートにご回答いただける方

### 申込方法

※参加者随時募集中



主催：よなばる網がるプロジェクト  
(お問合せ窓口：TEL：098-988-3760)

協力：与那原町  
運営：Re-BORN 株式会社