



徳島市イメージアップ
キャラクター「トクシィ」

健康手帳

糖尿病予防大作戦

An illustration of three stylized human figures in green, yellow, and orange, walking together. They are positioned in the center of a white circle.

まず8000歩・腹八分目で
とくしましょう!

健康手帳

氏名

徳島市

健康手帳について

徳島市では、「まず8000歩・腹八分目でとくしましょう！」を合言葉に、「からだ・栄養・運動」を3本の柱として健康づくりに関する事業を実施しています。特に、徳島県では糖尿病死亡率が高いことから、「糖尿病予防大作戦」を実施し、糖尿病やその予備群にあたる人の減少を目指しています。

この手帳には、糖尿病などの生活習慣病を予防することを目的に、健康づくりに役立つ情報などが掲載されています。
ぜひご利用ください。

また、この手帳をなくしたり、記入欄に書ききれなくなったときは、再交付をします。徳島市健康長寿課までお問い合わせください。

この健康手帳は、健康増進法第17条第1項に基づき作成しています。



お問い合わせ：

徳島市健康長寿課 (088) 621-5521