

●啓発のためのラップ動画を作成・YouTube配信

内容:健康づくりをテーマに10種類のショート動画を作成、YouTubeで配信

## はじめよう健康生活 『YOJO 1STEP』

<p>運動</p>	<p>休養・睡眠</p>	<p>禁煙</p>	<p>検(健)診受診</p>	<p>減塩</p>
<p>歯と口の健康</p>	<p>女性の健康</p>	<p>適正飲酒</p>	<p>肥満予防</p>	<p>野菜摂取</p>
運動	休養・睡眠	禁煙	検(健)診受診	減塩
歯と口の健康	女性の健康	適正飲酒	肥満予防	野菜摂取

YouTube  
(奈良県公式総合チャンネル)  
で公開中

