



11月はスマイルエイジング強化月間
みんな笑顔で健康寿命をのばそう！

市では、健康寿命の延伸を目標として、スマイルの源となる「心身の健康」を保ちつつ、誰もが笑顔で年を重ねていくことができる取組「スマイルエイジング」をまちづくりの柱の一つとして推進しています。また、毎年11月を「スマイルエイジング強化月間」として、市民が楽しく健康づくりに取り組むきっかけとなるように、市民や関係団体との協創により、様々な取組を集中的に実施しています。一緒に健康づくりに取り組みましょう！



■スマイルエイジング応援サポーターによる取組に参加しよう！

様々な団体などが健康づくりを実践するきっかけとなる機会や場を提供しています。積極的に参加して、この機会に健康づくりに取り組みましょう。市ホームページ「スマイルエイジング応援サポーター」で検索！

■レシピコンテスト・手作り弁当コンテストの作品発表

入賞作品を、市ホームページ等で公表します。レシピなどを参考にして、バランスのとれた食生活を実践しましょう。

■健康マイレージが5ポイント貯まる！

健康マイレージとは、県と市で共同し、県内協力店のご協力のもと市民の健康づくりを応援する取組です。一定のマイレージ(ポイント)を貯めると、「やまぐち健康づくり応援カード」がもらえ、県内協力店に提示することでその店のサービスや特典を受けられます。強化月間中の取組に参加すると、健康マイレージのポイントが1つ参加ごとに5ポイント貯まります。ポイントを貯めて景品をゲットしましょう。

☎健康増進課 (☎ 71-1814)



「市民活動スマイルフォトコンテスト2024」参加者募集中！

市民活動スマイルフォトコンテスト2024は「市民活動」または「スマイル」をテーマにした写真や動画をInstagramに投稿することで参加できるフォトコンテストです。

◎応募資格 インスタグラムのアカウントをお持ちの人(市内・市外は問いません)
※ただし国内在住の人に限りです。

◎賞品 市民活動部門、スマイル部門、スマイルプランナー部門の各部門において、最優秀賞(各部門1人)12,000円分相当、優秀賞(各部門1人)5,000円分相当、佳作(各部門3人)2,000円分相当の豪華賞品をプレゼント！

◎応募方法

- ①「市民活動」「スマイル」どちらかをテーマにした写真・動画を撮影
- ②「写真のタイトル」と「想い」や「エピソード」を記入
- ③ #市民活動スマイルフォトコン2024
#山陽小野田市民活動センター

2つのハッシュタグをつけてInstagramに投稿

④山陽小野田市のスマイルプランナーに登録されている人を対象とした特別賞を準備しています。③のハッシュタグに追加で「#スマイルプランナー」のタグをつけてください。

◎応募期限 11月30日(土)

◎結果発表 令和6年12月中旬にInstagramのダイレクトメールにて審査の結果と賞品を発送についてお知らせしますので、山陽小野田市民活動センター公式アカウント(@soc_cac)をフォローしてください。



【Instagram】



【HP】

☎市民活動センター (☎ 52-8668)