

『西区役所に にしまろちゃん健康階段 登場！』

健康階段を上って、よこはま健康スタンプラリーに参加

横浜市は『健康寿命(*1)日本一』を目指しており、よこはまウォーキングポイントやよこはま健康スタンプラリー(*2)等の健康づくり事業に取り組んでいます。

西区では、区民のみなさまに「健康づくりメッセージ」をお伝えするために、西区役所の正面入口側の階段に「にしまろちゃん健康階段」を設置します。

また、階段を歩いて上ることで、よこはま健康スタンプラリーの対象事業となりますので、ぜひご利用ください。

*1 健康寿命：健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のこと

*2 よこはま健康スタンプラリー：対象事業に3つ参加してスタンプを集め抽選で景品がもらえます。



西区役所の階段を上って、よこはま健康スタンプラリーに参加しよう



西区マスコット「にしまろちゃん」

1 概要

- ・場 所 西区役所 正面入り口側階段（A階段）の1階～4階（合計68段）
- ・標記内容 1段上がるごとの消費カロリー、健康応援メッセージなど
- ・開設時期 平成27年9月14日（月）からご利用いただけます。

にしまろちゃん健康階段のイメージ図



2 よこはま健康スタンプラリーの対象

- ・階段を使って1～4階まで上ると、よこはま健康スタンプラリーのスタンプ1個を押印します。
- ・西区役所で配布(*3)している専用のスタンプカードをご利用ください。
- ・西区役所にいらした時に気軽に、階段を上って健康づくりに参加できます。

*3 配布窓口：1階区政推進課（1番窓口）、2階福祉保健課（22番窓口）及び4階総務課（51番窓口）

お問合せ先

設置場所に関すること：西区 総務課長 日下 重夫 Tel 045-320-8304

健康階段の標記、スタンプラリーに関すること：西区 福祉保健課長 本間 睦 Tel 045-320-8432