



ACEは脳卒中等の生活習慣病予防に効果のあるAction（体を動かす）、Check（診断を受ける）、Eat（健康に食べる）に取り組む県民運動の名称です。ACEプロジェクトでは、県民のみなさんの一人ひとりが生きがいを持ち、健やかでしあわせに暮らせるよう、取り組みを推進していきます。

ウォーキングイベントで  
20,000歩達成！  
#マイACE



Action  
体を動かす



体重チェックは日課。  
自分のからだや健康状態を  
知るのって大事だよね。  
#マイACE



Check  
健診を受ける



# 健康づくりして！つぶやいて！当たる！ Twitterで 「#マイACE」 つぶやきキャンペーン

2017年7月28日(金)～8月28日(月)

抽選で40名に  
県内レストラン食事券！  
(1,000円分)



Eat  
健康に食べる

おいしいサラダで  
ココロもカラダも健康に♪  
#マイACE

どうやって参加  
すればいいの？

簡単です！

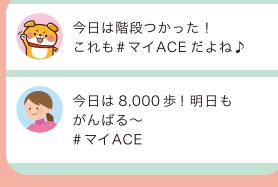


①健康づくりに取り組もう！  
(ウォーキングイベントに参加、毎日の血圧チェック、減塩を心がける、野菜摂取量を増やす、など)

1人何回でも参加できるので、  
毎日の健康づくりをつぶやこう！



②自分のTwitterアカウントで、ACEプロジェクトのアカウントをフォローして、「#マイACE」のハッシュタグをつけて取組みをつぶやいて、広めよう♪



③「#マイACE」のハッシュタグをつけてつぶやいてくれた人の中から抽選で40名に県内レストランの食事券(1,000円分)が当たる！

そもそも『健康づくり』って何をすればいいの？  
というあなたは…？

## ●信州ACEプロジェクト専用サイトへGO！

\*食事券が使用できるレストランについても、こちらでご確認ください。

## ●信州ACEプロジェクト公式Facebookで県内の健康づくりの取組を見てみよう！

## ●キャンペーン期間中、FacebookやTwitterに信州ACEプロジェクトの広告を掲出中！

クリックすると健康づくりの情報が入手できます。  
気になる広告内容は…見てからのお楽しみ♪

HP



Facebook



Twitter



【お問い合わせ】長野県健康福祉部健康増進課 健康づくり推進係

〒380-8570 長野県長野市大字南長野字幅下692-2 TEL:026-235-7112 FAX:026-235-7170

## 応募上の注意

●ACEプロジェクトのTwitterアカウントをフォローしていない場合、抽選の対象外となりますのでご注意ください。●「#マイACE」のハッシュタグがないものは応募が無効となります。●【当選発表】平成29年9月（予定）当選者にのみキャンペーン事務局からご連絡をさせていただきます。●【当選の対象】長野県内にご本人またはご家族がお住まいの方、お勧めの方に限らせていただきます。