

Yeosu Web Contents

2024년 11월 04일 11시 51분



목차

목차	2
보도자료 - 보건	3
여주시 “겉기로 건강 챙기고, 선물도 받아주세요”	3

보도자료

해명자료

여수시 “걷기로 건강 챙기고, 선물도 받아주세요”

2024.03.05 조회수 252 담당부서 건강증진과 연락처 061-659-4241

3월 한 달간 비대면 걷기 챌린지...15만보 달성 1000명 추첨해 선물 증정

여수시(시장 정기명)가 3월 시민 건강의 날과 세계비만예방의 날을 맞아 비대면 걷기 챌린지를 운영한다.

시는 일상 속 1530(주5회 이상, 30분 이상 걷기) 습관을 형성해 비만을 낮추고 건강생활을 실천하는 등 건강도시 조성을 위해 연중 수회 차 걷기 챌린지를 운영하고 있다.

행사는 오는 31일까지 ‘워크온’ 앱을 통해 15만보를 달성하면 1,000명을 추첨, 소정의 모바일 상품권이 지급된다.

참여 희망자는 모바일 워크온 앱 설치 후 여수 공식 커뮤니티인 또바기 하루 만보의 기적, 걷기 좋은 길 함께 걸어요 등에 가입 후 참여하면 된다.

시 관계자는 “걷기는 만성질환 예방 및 스트레스 해소 등 최고의 건강지킴이”라며, “일상생활 속 전 시민이 걷기 생활화를 통해 건강한 삶을 누리시기 바란다”고 전했다.

한편 여수시는 오는 16일 웅천친수공원 일원에서 제1회 미향여수 건강체험마당을 개최한다. 도보걷기, 맨발걷기 등 시민이 다양한 건강 행사 체험 후 선물도 받을 수 있다.



[3.4 시민건강의 날 / 비만의 예방의 날 기념]

2차 걷기 챌린지

- 걷기기간 : 3.4. ~ 3.31. (총28일간)
- 걸음목표 : 15만보 (1일 최대 8,000보 까지)

(<http://www.yeosu.go.kr>)

- 목표달성 응모자 중 **1,000명추첨!**
- 모바일 상품권 지급 : 5,000원권(개인문자발송)
- 지급기간 : 4.4. ~ 4.5.



첨부파일

[전체\(Zip\)다운로드](#)

7 여수시 “걷기로 건강 챙기고, 선물도 받아주세요”.jpg (138 hit/ 361.3 KB) ↓

[미리보기](#)

목록

이전글

여수시, 농지법 시행 전 형질 변경 토지 지목 현실...

다음글

여수시 여성문화회관, 제1기 학습프로그램 개강

COPYRIGHT © YEOSU-CITY. ALL RIGHTS RESERVED.

(<http://www.yeosu.go.kr>)

Yeosu Web Contents

