

エレベーター待ちもう辞めて、  
階段を2UP！3DOWN！

# 庁内 エクササイズ



階段使用で  
筋力UP↑  
体脂肪DOWN↓

電力の削減で  
Let' SDGs!

エクササイズ会場

階段は **左手** DAYO!



千葉県マスコットキャラクター チーバくん

詳細はここを  
チェック

