

# テントラを知ろう！



高津区健康運動推進キャラクター  
「テントラちゃん」

## Q「おたっしゃ10（てん）のトライ」とは？

高津区社会福祉協議会が進める健康運動です。健康に良いことを10の標語にまとめました（裏面に有り）。ぜひトライしてみませんか！

## Q テントラとは？

「おたっしゃ10（てん）のトライ」の略称です。

## Q テントラちゃんとは？

健康運動「おたっしゃ10（てん）のトライ」のマスコットキャラクターです。

## Q テーマソングはありますか？

高津区の健康運動のテーマソングとして「テントラちゃんに行く」があります。  
高津区の地域づくり運動のテーマソングとして「僕たちのうた（Our song）」があります。

※健康で地域が楽しくつながることを目指して「テントラ音頭」もできました。



健康運動「おたっしゃ10（てん）のトライ」はこうしてつながっています。

