



#通勤はスニーカー派

撮影協力：東京海上日動火災保険株式会社

Commute

通勤時間を
エクササイズタイムに。

「職場は近いけど、
時間ないから車でいいや。」

そこのあなた。
10分早く家を出て
歩いて通勤してみませんか。



プラス・テン

+10から始めよう！

今より10分カラダを動かすだけで、
健康寿命を延ばすことができます。

**スニーカーやリュックで
歩きやすさアップ！**