

(写真) 上西山サロンの皆さん

平成30年 参加者
第1クール 募集中

はじめよう! つづけよう! 健康ポイント

平成30年度

第1クール (平成30年4月~9月) 申込み受付開始!

窓口にお越しいただければ、健康ポイントカード、ウォーキングガイドブックをお渡しします。

対象/申込み時に満20歳以上で ①市内在住の方、②市内にお勤めの方

申込み方法/◇窓口で申し込む…健康課、各町公民館へ

◇電話で申し込む…健康課 ☎0954-23-9131

※平成29年度の第2クールでポイント達成できなかった場合も、平成30年度第1クールへ参加できます。ただし、ポイントの繰り越しはできません。

職場・団体で
取り組んで
みませんか!?

◎ 健康ポイントが **取り組みやす**くなりました!

①チャレンジ・運動ポイント

→運動や体調管理などの目標実践で1日5ポイント

②幸齢者ポイント

→75歳以上の方は、年齢=ポイントとして換算!

(例) 78歳=78ポイント

◎ **Wチャンス賞**がさらに充実!

市内のおいしい特産品や、市内のスポーツクラブ、スポーツ用品店からの協賛品が当たります!
何が当たるかお楽しみに!



平成29年度

賞品を
ゲット!



抽選は
5月下旬予定
お楽しみに!

第2クールのポイント交換!

平成29年10月~平成30年3月の取り組みで**500ポイント**を達成された方は賞品と交換します。

ポイントを集計して「健康ポイントカード」を窓口へご提出ください。

賞品/クオカード500円券

交換期間/4月2日(月)~5月15日(火)

楼門朝市商品券1,000円分

8:30~17:15(土・日・祝日を除く)

図書カード500円券 のいずれか 申請窓口/健康課、各町公民館

500ポイント達成
の方から抽選で
Wチャンス賞が
当たります!

詳しくは 健康課 ☎0954-23-9131

