

参加者募集

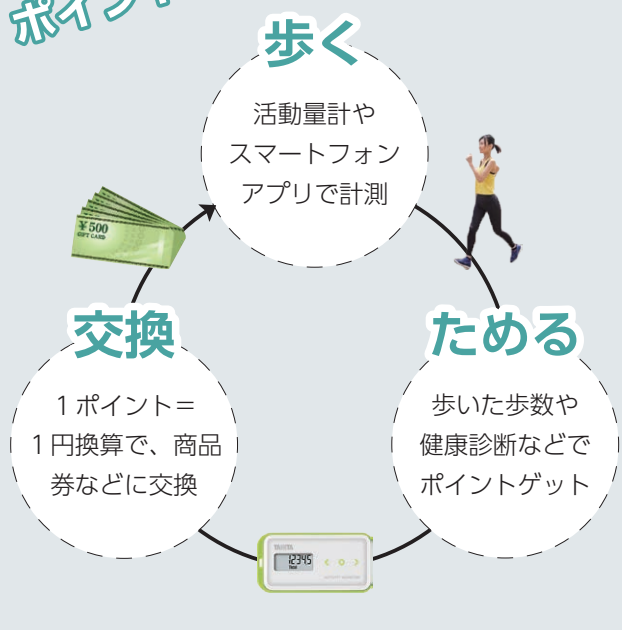
— 健康な毎日を過ごしませんか —

わくわく健康ポイント

運動習慣を身に付けるために、今年2年目となる「わくわく健康ポイント事業」を活用しませんか。歩いた歩数や健康診断の受診などでポイントがたまり、たまったポイントは全国共通の商品券や、健康機器に交換することができます。健康な毎日を過ごすための第一歩として、わくわく健康ポイントに参加しましょう！

わくわく健康
ポイントのしくみ

※ポイントの交換方法など、詳しくは説明会でお伝えします。



ちなみに昨年度は…

1人当たり平均で**約4,000ポイント**
最高で**7,700ポイント**を獲得

\ 昨年度参加した方の声 /



西森 学さん

ポイントゲットという目標があるので、最後まで続けることができました。今年も参加したいと思います。

友人に教えてもらって始めました。異常があった血液検査の結果が正常値に戻ったのでうれしかったです。



武方ゆかりさん



(左上から) 有家川さん、谷さん、森本さん、(左下から) 日野さん、松本さん、井門さん

ウォーキングを始めて膝の調子が良くなりました。1人では長続きしませんが、仲間がいたからこそ、歩き続けることができました。

▶対象 30歳以上の市民（平成31年4月1日現在）で、説明会に必ず参加できる方

▶定員 600人

※応募多数時は運動習慣のない方と2年目の継続の方を優先して抽選

※結果はメールにて通知

▶参加料 2,000円 ▶申込期限 5月17日(金)

▶申込方法 WEBでお申し込みください。

URL <https://www.city.saijo.ehime.jp/soshiki/kenkoiryo/31-entry.html>



▶説明会開催日

開催日	時間			会場
	10時～	14時～	19時～	
5月25日(土)	×	○	○	東予保健センター (周布606-1)
5月26日(日)	○	○	×	
5月27日(月)	○	○	○	
5月28日(火)	○	○	○	総合福祉センター (神拝甲324-2)
5月29日(水)	○	○	○	
5月31日(金)	○	○	○	

問合せ 中央保健センター内 健康医療推進課 Tel.0897-52-1215