

健康ポイント事業だより

2号

外に出るのが心地好い季節となりました！木々や草花の変化を見ながら歩くのも楽しいですね。この時期は、みなさまで楽しむイベントを続々と開始します！詳しくは、同封したチラシや各計測スポットのポスターをご確認ください。



サッドラウォーキングイベント

参加で
100Pt

- 〈日時〉 令和4年10月1日（土）
10:00～12:00
- 〈受付〉 9月27日（火）まで
中札内村老人保健福祉センター

今年度はサッドラとタイアップ！
講師（卓田 由紀江先生）をお招きし、
村内のウォーキングコースを歩きます！



バーチャルウォーキングラリー（4市町村合同歩数イベント）

達成で
200Pt

- 〈期間〉 9月23日（金・祝）
～10月27日（木）
- 〈コース〉 歴史探訪 幕末京都編
150km 総歩数214,286歩
（1日平均6,122歩）

今年から、参加を希望される方は申し込みが必要となります！
「ヘルスプラネットフードアプリ」を利用して各地参加者と交流もできます！



お食事・栄養相談会

相談で
50Pt

- 〈日時〉 9月20日（火）
10:00～14:00
- 〈場所〉 サッドラ 中札内店

予約不要♪
サッドラの管理栄養士が対応いたしますので、お気軽にお立ち寄りください。



筋肉アップチャレンジチーム対抗戦

上位チームメン
バーに+100Pt

- 〈方法〉 ①9月30日までに体組成計結果とチーム対抗戦申込書を提出。
②3カ月以上経過後、再測定し結果を提出。
- 〈選出〉 チームメンバーの筋肉増加量平均値をランキング化します！

すでに個人でお申込み頂いている方も、友人やご家族と一緒に参加しませんか？



その他、健康ポイント事業情報は
こちらからも！



← ホームページ
最新情報はこちら



← 公式SNS
一部登録が必要

メール配信 →
登録が必要



送信・測定スポット →
ぜひお越し下さい



申込
方法

- ・保健センターに来所や電話で申込み
- ・サッドラ中札内店に来店し申込み
- ・専用フォームから申込み →

