

# 修了セミナー・健康講座のご案内

令和8年2月21日(土) 9:30～

場所: 中札内文化創造センター

開場・受付: 8:45～

令和7年度の健康ポイント事業へご参加いただいた皆様、ありがとうございました。

修了セミナーでは、特に精力的に活動された方への表彰や記念品の贈呈、記念撮影を行います。

修了セミナー後に、健康講座も実施します。

イベント会場では、サツドラによる測定会や、抽選会、ポイント交換・寄附の申請もできます。

1年の締めくくりにぜひお越しください。

参加費

無料

持ち物

飲み物・タオル・  
動きやすい服装

申込方法

①インターネットから

URL: <https://www.harp.lg.jp/GOUknJQZ>

②保健センターへ電話 0155-67-2321



健康講座  
テーマ

## 若さは毎日の習慣から

—今日からできる健康習慣—

講師紹介

中札内村立診療所

所長 高石 恵一 氏

ちくだいKIP 理事

帯広畜産大学 人間科学研究部門

准教授 村田 浩一郎 氏

イベント内容・スケジュール

8:45～ 開場・受付

- ・健康ポイント交換、寄附申請、ベジチェック
- ・サツドラ測定会(肌チェック、血管年齢、糖化度測定)
- ・抽選会 ※健康ポイント事業参加者限定(活動量計またはスマホアプリをお忘れなく!)

9:30～10:15 修了セミナー(表彰式、記念撮影など)

10:30～12:00 健康講座 10:30～11:10 高石 恵一 氏

11:20～12:00 村田 浩一郎 氏

12:00～12:15 次年度の健康ポイント事業について

13:00 閉場

問合せ 中札内村福祉課保健グループ

☎ 0155-67-2321 (平日8時30分～17時15分)

この事業はサマージャンボ宝くじの収益金を活用して実施しています。

