

9月は健康増進普及月間 セミナーに参加して健康ポイントを貯めよう

検診を受けたり健康増進セミナーに参加したりすることで、健康ポイントを貯めることができ、一定ポイントで特典が得られます。健康増進普及月間である9月以降も下記のような健康ポイント対象セミナーが開催されます。あなたも健康な体づくりを学んだり実践したりしながら健康ポイントを貯めてみませんか。

保健センターで開催されるポイント付与対象講座

■骨から美人になるセミナー

女性のための骨美人になる教室です(託児が必要な方は要相談)。

日時 9月25日(水) 午後1時～3時30分

対象 30～64歳の女性

定員 30人(先着順)

内容 骨密度の測定、講話 など

講師 医師 山村俊介さん ほか

申込期限 9月18日(水)

■腰痛セミナー(健康講演会)※

日時 9月5日(木) 午後1時30分～3時

■10歳若返り!体づくり教室※

期間 9月4日(水)～令和2年2月26日(水)の全12回

※詳細は本紙8月1日号11ページをご覧ください。

健康ポイントを集める方法

ステップ1

チャレンジシートを受け取る



【配布場所】

市民課
文化スポーツ課 保健センター
各地域包括支援センター
下石・妻木・鶴里・駄知・肥田・泉西
公民館、生涯学習館

ステップ2

チャレンジシートに6ポイント分のスタンプを集める



健(検)診メニューから必ず1ポイント以上、講座・イベントメニューから残りのポイントを取得します。

ステップ3

6ポイント達成で、ミナモ健康カード・抽選申込書と交換する



ミナモ健康カード・抽選申込書の交付は土岐市保健センターで行います。

6P(ポイント)集めて交換すると…

特典

①

ミナモ健康カードがもらえる

協力店舗はこちら



岐阜県ホームページ

県内各地の協力店でカードを提示すると、さまざまな特典を受けることができます。

※ミナモ健康カードが使用できる協力店一覧は岐阜県ホームページをご覧ください。

特典

②

抽選で健康グッズや県産品が当たる!



(注)応募者全員に当たるものではありません。

対象 20歳以上の市民

ポイント付与期限 令和2年2月28日

申・問 保健センター (☎5)2010)