

## 健康づくりマイストーリー運動特別企画開催

－10年目の記念イベントに参加し「健康」と「特典」をゲット－

燕市では、自分らしい健康づくりに取り組む事業である「健康づくりマイストーリー運動」が10年目を迎えることを記念し、特別企画を9月から開催します。期間中の歩数を競う市民歩数大合戦や、医師である中村伸一氏による健康づくり講座のほか、健康づくり事業に参加しスタンプを集めるスタンプラリーを開催します。楽しみながらさまざまなイベントに参加してもらうことで、自分に合った健康づくりの推進を図ります。

### 【健康づくりマイストーリー運動 10年目特別企画の各イベント概要】

- 市民ペア・グループ歩数大合戦「燕 JOY ウォーキン GOO！」：
  - ・実施期間：9月25日（月）～10月1日（日）
  - ・対象：市民、在勤、在学者2人以上のチーム
  - ・参加特典：①上位チーム表彰 ②県アプリポイント100ポイント付与
- つばめ元気かがやきポイント事業「1か月短期集中キャンペーン」：
  - ・取組期間：10月1日（日）～10月31日（火）
  - ・取組方法：つばめ元気かがやきポイント手帳10月分に取り組み、専用用紙で報告
- 健康づくりマイストーリー講座：8月31日より申込受付開始
  - ・日時：10月9日（月・祝）午前9時30分～
  - ・会場：吉田産業会館（燕市吉田東栄町14-12）
  - ・テーマ：今こそ大切な健康づくり「地域医療で学んだ人生100年時代の健幸学」
  - ・講師：中村伸一なかむら しんいちさん（医師：NHK「プロフェッショナル仕事の流儀」出演）
- スタンプラリー「貯めた先に健康とお得あり！」：
  - ・実施期間：9月15日（金）～11月30日（木）
  - ・参加方法：①対象イベントでカードを受取り参加  
②対象の事業に参加し3つ以上スタンプを集めたら応募可
  - ・参加特典：①つばめ元気かがやきポイント事業公開抽選1回分を付与  
②抽選で30名にビジョンよしだ1回利用券を進呈
  - ・応募締切：12月15日（金）
  - ・応募方法：スタンプラリーカードを持参か郵送、もしくは応募フォームに入力



▲10年目特別企画ページ

※10年目特別企画および各種イベント詳細は市公式ホームページをご覧ください



本件についてのお問い合わせ先  
 健康福祉部 健康づくり課：今泉  
 電話：0256-93-5461（直通）