

参加者大募集!

★プログラム概要

健康づくりチャレンジプログラムは、健康総合企業「タニタ」と連携し、活動量計や体組成計を使って楽しく健康づくりに取り組むことができるプログラムです。

1 活動量計を身につけて運動をしましょう

● 歩数や活動エネルギー量を計測できる活動量計を1人1台配布いたします。



● 期間中に開催されるウォーキングイベントや運動教室に参加しましょう。



● 体組成計で測定しましょう。

【測定項目】体重、体脂肪、筋肉量、基礎代謝量、内臓脂肪レベル、筋肉量のバランス
【設置場所】保健センター



2 自分のからだをチェック!

● 保健センターに設置のリーダーライターに活動量計をのせると、活動量計に貯めたデータをインターネット上で管理できます。



ローソンの「Loppi」からもデータを送信できます。

3 特典を活用しましょう

● 参加者限定サイト「からだカルテ」では、健康レシピや健康コラムが無料で閲覧できます。健康づくりに役立てましょう。

● プログラムへの参加や数値の改善で健康ポイントを付与いたします。



初回セミナー & 計測会

- 日時 **平成30年8月29日(水)** 13:30~15:30
- 場所 石川町共同福祉施設1階多目的ホール(石川町字関根1-1)
- 内容 タニタの健康セミナー、体組成の計測、プログラム説明、活動量計配布など

● その他 参加特典として、健康ポイント100ポイントを付与します。
※体組成の計測、プログラム説明等を行いますので申込者は参加してください。
※ペースメーカー等体内機器装着者は、装着機器に影響を与える可能性があるため、体組成計の利用ができません。ご了承の上お申込ください。

★参加のながれ



- ◆ 実施期間 平成30年9月~平成31年3月
- ◆ 対象者 18歳以上(高校生を除く)の石川町民及び石川町に通勤されている方
- ◆ 募集人数 100名(先着順)
- ◆ 参加費 1,000円
- ◆ 申込期間 平成30年6月15日(金)~7月31日(火)まで(当日消印有効)
- ◆ 申込方法 ①裏面申込書を郵送又は持参 ②インターネットの申込フォームからの申込み
詳しくは裏面「申込みのご案内」を確認してください。

「健康づくりチャレンジプログラム」参加申込みのご案内

申込期間：平成30年6月15日（金）～7月31日（火） ※当日消印有効

申込方法：①、②のいずれかの方法でお申込ください。

① 郵送：下記「申込書」に記入の上、切り取り、封書で「石川町保健センター」へ郵送してください。

② インターネット：石川町ホームページの申込フォームからお申し込みください。
左記のQRコードを読み取り、サイトへアクセスしてください。
読み取りできない場合



<http://www.town.ishikawa.fukushima.jp/health-challenge/index.html>

お申込み・お問合せ先：石川町保健センター
TEL：26-8416 〒963-7863 石川町字渡里沢37-5

健康づくりチャレンジプログラム 参加規約

第1条（目的）

1.本規約は、健康寿命の延伸を目指すために、健康への意識の向上と運動習慣の定着化に繋げることを目的に石川町が運営する、健康づくりチャレンジプログラム（以下「本事業」といいます。）を実施するために必要な事項を定めたものです。

2.この規約に定めのない事項については、法令又は一般の慣習に従うものとします。

第2条（参加申込み）

1.本事業への参加を希望する者は、本規約の内容を承諾した上で本規約への同意及び参加の申込みを行うものとします。

2.申込者が参加申込み後、石川町が参加申込を受理した時点で、当該申込者は本参加規約に同意したものとみなします。

第3条（参加条件）

石川町は、申込者が次の各号のいずれかにも適合していると認めるときは、参加申込みを承諾します。ただし、先着100名を定員とします。

(1) 石川町に住民登録している、または石川町にある事業所に勤務している方で、かつ18歳以上の方（高校生を除く。）

(2) 自己責任で本事業に参加できる方

(3) 医学的な問題による運動制限のない方（ペースメーカー等体内機器装着者は、装着機器に影響を与える可能性があるため、体組成計の利用ができません。）

(4) 暴力団員、暴力団関係者、その他反社会的勢力に属している者のいずれにも該当しない方

(5) 本規約に同意いただいた方

(6) 本事業に関連するアンケート調査にご協力いただける方

第4条（参加者の負担）

参加に係る費用は次に掲げる費用を除き無料とします。

(1) 本事業への参加費

(2) 活動量計の故障、又は紛失に伴う再購入に係る費用

(3) 事業参加に関する通話・通信・郵送にかかる費用

(4) その他石川町が別途指定する費用

第5条（活動量計）

1.参加者は石川町から貸与された活動量計を善良な管理のもと取り扱うものとします。

2.石川町が貸与した活動量計の再配布は原則として行いません。

第6条（実施内容）

本事業への参加者は、次の事項に協力をお願いします。

(1) アンケート調査の回答

(2) 活動量計によるデータの計測及びアップロード

(3) 体組成データの計測及びアップロード

第7条（個人情報の取り扱い）

1.本事業によって取得した個人情報は、石川町及び石川町が委託した事業所等が個人情報等に関する法令等に従い、厳重な管理を行います。

2.測定項目の分析・公表にあたっては、統計的に分析を行い、個人が特定できる情報を使用することはありません。

キ・リ・ト・リ線

健康づくりチャレンジプログラム参加申込書

上記参加規約をお読みの上、下記についてご記入ください。

(フリガナ) お名前			性別	男	女	身長	cm
生年月日・年齢	西暦	_____年_____月_____日生まれ	_____歳	ニック ネーム	(ホームページの表示名)		
ご住所							
			お電話番号	自宅	携帯		
勤務先名			勤務先住所				