

平成 29 年(2017 年)5月2日
健康福祉部健康政策課

『歩きましょう、毎日楽しく 20 分』

～ 運動のきっかけづくりを応援します！ ～

■趣旨・目的

市民一人ひとりが目標をもつことにより健康づくりへの習慣と関心を高め、健康的な生活習慣の定着を推進するため、健康こなんポイント事業を実施するとともに、市民に運動のきっかけづくりとして「キックオフ」イベントを実施する。

■日時

平成 29 年5月 14 日(日)
午前9時 30 分～11 時 30 分

■場所

湖南省総合体育館
湖南省夏見 589 番地

■内容

復刻版ラジオ体操(講師:龍谷大学 安西将也教授)
健康ウォーキング講座&実践(講師:龍谷大学 井上辰樹教授)
体験(骨密度測定、足指力測定、脳トレ)
健康こなんポイント事業の説明

■問い合わせ

担当課名:健康政策課
担当者名: 井上・服部
(直通)0748-72-4008
17 時 15 分以降は、0748-72-1290
(FAX)0748-72-1481



健康こなんポイント 2017 キックオフ

生涯にわたって市民一人ひとりの健康意識を高め、楽しく継続的な健康づくりを応援します。

詳しくは、下記キックオフで！



5/14
(日)

正しいフォームで歩こう



キックオフ イベント参加で 5ポイント ゲット♪

日 時：平成29年5月14日（日）午前9時30分から11時30分

場 所：湖南省総合体育館（夏見）

持ち物：上靴・タオル・飲み物 運動のできる服装でお越しください。

内 容：復刻版ラジオ体操（講師：龍谷大学 安西将也教授）

健康ウォーキング講座&実践（講師：龍谷大学 井上辰樹教授）

体験（骨密度測定、足指力測定、脳トシなど）

51ポイントを集めて、平成29年12月25日までに“石部宿”にゴールした先着500人には、「こなん商品券(500円分)」と交換します。

さらに、期間内に51ポイント集めた人を対象としたお楽しみ抽選会(賞品5,000円相当)にも参加することができます。

ポイントを集めて、5年後、10年後の私を元気にしよう！



主催：湖南省 湖南省教育委員会

共催：健康づくり湖南推進協議会 湖南省健康推進員協議会 滋賀県国民健康保険団体連合会

問い合わせ 湖南省健康政策課 【湖南省保健センター内】

湖南省夏見588番地 ☎0748-72-4008 FAX0748-72-1481