



あなたの元気が、開成町の宝もの。
健康ポイントを集めて、賞品を当てよう！

日本一健康な町づくりプロジェクト 健康づくりdeポイントラリー

問 保険健康課 ☎84-0327

町民の皆さんが楽しみながら健康づくりを始めるきっかけにもらえるように、昨年度に引き続き、ポイントラリーを実施します。対象は、18歳以上の町民の方です。

参加方法

1. 健康活動に参加する 【ポイント進呈期間…5月20日(水)～12月25日(金)】

次の3つの健康活動に対して、健康ポイント(シール又はスタンプ)を進呈します。



対象事業に参加

各種検診・健診の受診や健康教室などへの参加1回で1ポイント

※対象事業は、おしらせ版などでお知らせします。ぽっ歩ちゃんマークが目印です。

1日1回血圧測定

血圧測定の記録10日分で1ポイント

プラス・テン運動

今よりあと10分身体を動かす「プラス・テン運動」の記録10日分で1ポイント

血圧、歩数などを記録できる用紙(町が発行しているウォーキングカード、健康手帳)や医療機関・薬局でもらえる血圧手帳などに各自記入してください。専用記録用紙は保険健康課窓口で配布します。また、町ホームページからもダウンロードできます。

2. 健康ポイントを集めて応募する 【応募期間…8月3日(月)～12月25日(金)必着】

保健センターや対象事業で配布している応募はがきに、10ポイント分のシールを貼付(又はスタンプを押印)し、必要事項を記入の上、保険健康課窓口へ直接お持ちください。52円切手を貼付して郵送でも応募できます。なお、応募は1人1回限りです。



3. 抽選で賞品が当たる

各賞ごとに抽選を行い、当選者には通知します。抽選日は平成28年1月4日(月)です。

なお、応募者全員がもらえる参加賞は、保険健康課窓口で応募はがきの提出と引き換えにお渡します。

- A賞(45人)…町産米
 - B賞(45人)…町飲食店組合の食事券
 - C賞(45人)…クレシアセット(トイレットロールなど)
- 参加賞…30ℓごみ袋8枚、ティッシュ1箱

日本一健康な町づくりプロジェクト・3本柱

- 1日1回は血圧を測ろう!
- +10(プラス・テン)あと10分身体を動かすことから始めよう!
- 年に1度は健康診査、がん検診を受けよう!

今年度は、正しい血圧の測り方や高血圧の原因となる塩分について、わかりやすくお伝えしていきます。

地域の子育てを応援します

第8期開成町母子保健推進員活動開始

問 保険健康課 ☎84-0327

今年度から第8期母子保健推進員が21人で活動を開始します。任期は、平成27年4月1日から平成30年3月31日までです。

子どもたちの元気な声が響く町を目指して、地域の子育てを応援します。声かけ訪問や町の母子保健事業に協力していますので、身近な相談役として気軽に声をかけてください。



山村 喜代子 さん (上延沢)



高橋 英子 さん (岡野・金井島)



矢後 はづき さん (円中)



山本 晴代 さん (円中)



鈴木 佐智子 さん (下延沢)



長谷川 智映子 さん (下延沢)



春田 和子 さん (河原町)



森 美佐 さん (上島)



山崎 順子 さん (牛島)



津幡 弘美 さん (宮台)



蓮沼 夏枝 さん (宮台)



大木 みどり さん (下島)



伊藤 文子 さん (中家村)



山口 奈緒美 さん (中家村)



遠藤 英代 さん (中家村)



渡辺 弘子 さん (榎本)



美濃島 貴子 さん (パレットガーデン)



辻 直美 さん (パレットガーデン)



井上 林美 さん (下島)



高橋 恭代 さん (下島)



山内 亜佐子 さん (下島)