

親子でいっしょに健康づくり♪

すこやかトレーニングスクール

6月のプログラム「姿勢が良くなる運動遊び」

スポーツ村すこやか町民開放日(毎月第3日曜日)に合わせ、トレーニングスクールを行います。子どもの発育発達、からだづくり、コアコンディショニングを中心としたスポーツプログラムを通して、親子で楽しく体を動かしましょう！

- **日時** 6月18日(日) 午前10時～午前11時30分
- **場所** 阿久比スポーツ村陸上競技場内(雨天時は内容を変更し、屋内で実施)
- **対象** 町内在住の親子(小学1年生～3年生の子どもとその保護者)
※同伴の家族であれば、幼児・高学年の子どもも参加できます。
- **定員・参加料** 20組(先着順)・無料
- **申し込み方法** 電話、FAX、電子メールまたは直接社会教育課の窓口で申し込んでください。その際、氏名、年齢、性別、住所、電話番号をお知らせください。(FAX、電子メールの場合は件名に「トレーニングスクール」と明記してください。)
- **申込期限** 6月16日(金)
- **講師** 平井 由佑子さん(健康運動指導士)
- **申し込み・問い合わせ先** 社会教育課体育係 ☎(48)1111(内1228) FAX(48)6229
電子メール taiku@town.agui.lg.jp



第2弾! 「アグピー健康マイレージ」が始まります



「アグピー健康マイレージ」とは…

「健診を受ける」「食事や運動などの生活習慣に気を付ける」「健康に関する講座やイベントに参加する」など、自分で決めた健康づくりに取り組み、マイレージ(ポイント)をためていただく事業です。

チャレンジシートに80ポイントためると、県内の協力店でさまざまなサービス(特典)が受けられる「あいち健康づくり応援カード! ~MyCa~(まいか)」と交換できます。

■ **対象** 町内在住の20歳以上の方

■ **参加方法**

- ①チャレンジシートをもらう
保健センターで、6月12日(月)から配布を始める「チャレンジシート」をもらう。
※運転免許証など住所地を確認できるものを持参してください。
- ②ポイントをとめる
健康づくりに取り組み「チャレンジシート」にポイントをとめます。ポイントは「健診ポイント」「参加ポイント」「生活習慣ポイント」の3種類あります。
- ③「まいか」と交換し、活用する
保健センターで、合計80ポイントためた「チャレンジシート」を「まいか」と交換する。

※チャレンジシートの配布と「まいか」への交換は、平日の午前8時30分から午後5時15分まで行っています。

- **実施期間** 7月1日(土)～平成30年2月28日(水)
- **その他** 「まいか」によりサービス(特典)を受けられる協力店などについては、愛知県のホームページをご覧ください。
- **問い合わせ先** 健康介護課保健係
☎(48)1111(内1520・1521)
FAX(48)7333



〈あいち健康づくり応援カード! ~MyCa(まいか)~〉



〈まいか協力店認定ステッカー〉