



# ひがしかぐら 健康くらぶ通信

令和元年5月24日 NO.2

気温も高くなり、外で運動する機会が増えてきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。各地でマラソンやサイクリングなど、いろいろなスポーツイベントが実施されるこの季節。東神楽町では、昨年大人気だったあのイベントの受付が始まります！



贅肉燃やして牛肉Get！

## 脂肪燃えるんピック



昨年大好評だったイベント「脂肪燃えるんピック」を、今年も開催します！ルールは簡単で、3人1組（男女の部は2人1組）で、エントリーから結果測定期間までの間に1番脂肪量を減らしたチームが優勝となります。

昨年同様、前田牛焼肉セットや花神楽ペア宿泊券などの豪華賞品をご用意しておりますので、皆様の参加をお待ちしております！※詳しくは同封のチラシをご覧ください。

みんなで目指そう！参加者6,200人！

## 5月29日(水)チャレンジデー

1日15分以上運動した人数の割合を自治体間で競う「チャレンジデー」が、今年も開催されます。参加していただいた方には、健幸ポイント50ポイントをプレゼント！チャレンジデー当日の参加報告につきましては、地域の元気づくり課(☎83-5407)へお願いします。健康くらぶ会員と伝えてください。



健康へ向かってキックオフ！

## キックオフセミナー 6月28日(金)

タニタの管理栄養士の方の講話のほか、健康くらぶの活動等についてご説明させていただきます。健幸ポイントもプレゼント！※詳細は改めてお知らせします！

継続？解約？迷っている方へ

## 継続手続き期限 5月31日(金)

期限内の申請であれば1,000円で継続できますが、期限後の申請の場合、機器代金を含んだ新規申請の扱いとなり4,500円お支払いただく必要があります。継続した運動と計測をし、各種イベント等への参加をしていただければ、年会費1,000円以上の価値があることに加えて、必ず自身の健康管理の一助となりますので、期限内の継続申請をお待ちしております！

## プールポイントカードが誕生！

プールのご利用1回につき、健幸ポイント5ポイントが貯まるお得なカードができました！カードはプール受付でお渡しします。



健幸ポイント  
100P

