



ひがしかぐら

健康くらぶ通信

LINE 会員
登録 QR



令和 2 年 8 月 6 日発行

NO.7

暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。新型コロナウイルスの影響で、普段からマスクをする時間が長くなった方も多いと思いますが、マスクをしていると自身の脱水症状に気づきにくくなるため、意識して水分をこまめにとることを心がけましょう！

もちろん、運動時の水分補給や、暑い時間帯での運動を避けるなど、熱中症の予防にも気を配り、暑い夏を健康的に『笑顔』で乗り切りましょう！

健幸ポイント
100p

ご協力よろしくお願いします！

野菜摂取アプリの開発について

ひがしかぐら健康くらぶでは、㈱ミルウスと連携して、町民の野菜摂取量を向上させるためのスマホアプリの開発に取り組んでいます。

アプリのイメージとしては、食事の写真を撮ると、その食事にどのような野菜が含まれているのかをAIが判定し、野菜ポイント(仮)が付与され、野菜摂取の「見える化」ができるアプリとなります。アプリを開発するうえで必要となるのが食事の写真データとなり、今回、健康くらぶ会員の皆様には、普段食べている食事の写真をスマホで撮影し、7日分の食事の写真をLINEで、ミルウスに送信していただきます。今回は、主に緑黄色野菜を含んだメニューを撮影していただきます。



ご協力いただける方は、LINEの使用者に限られるため、今回は健康くらぶLINEの登録をいただいている方(今からの登録でもOK)に限定させていただきます。期間内に7日分の食事写真の送信を終えた方に、1,000円分の商工会商品券と健幸ポイント100ポイ

ントをプレゼントします。(※参加は1世帯1人までとさせていただきます)

参加を希望される方は、8月14日(金)までに健康くらぶLINEに「実証試験に参加します」とコメントしてください。ご連絡いただいた方に詳細をお知らせします。

定員は先着50名で、LINEでコメントをいただいた先着順となります。また、仕様の都合上、実証試験中はLINEアカウントの登録名を変更できませんので、ご注意ください。

※今年の1月に行った実証試験とほぼ同じ内容となります。ご協力、よろしくお願いします。

※LINE操作に自信がない方はご連絡ください。職員が説明させていただきます。

達成者が続々！締切は8/31 報告分まで！

ひがしかぐらジョギングコース8選

8コース中2コース以上の走破で、花神楽入浴券をプレゼントしています！詳しくは前回通信か、または健康ふくし課までお問い合わせください。



前回通信QR

