



ひがしかぐら 健康くらぶ通信

LINE 会員
登録 QR



令和 2 年 9 月 18 日発行 NO.9

涼しい日が増え、運動しやすい気温の日が増えてきました。今週からウォーキングラリーが始まりましたので、無理のない範囲で歩数を増やしていきましょう！さて、今回の通信では、新しいイベントのお知らせがあります。ゴミを拾いながら、歩いてまちをキレイにする素敵なイベントですので、是非ご参加ください。景品と健幸ポイントもプレゼントしますよ♪

健幸ポイント

300P

みんなでまちをキレイにしよう！

クリーンウォーク大作戦！

現在実施中の3町村歩数大決戦にあわせて、ゴミ拾いをしながらまちを歩く「クリーンウォーク大作戦」を行います。

日 時：令和 2 年 9 月 26 日（土）

受付 9：30 ～ 11：00

場 所：役場 または ふれあい交流館

参加料：無料（軍手を持参願います）



このイベントは、役場とふれあい交流館の2か所を拠点として行い、皆さまにはどちらか都合の良い方の会場で参加いただけます。施設をスタートして、ゴミ拾いをしながら周辺地域を歩き、指定のチェックポイントを通過し、スタート地点に戻ってきたらゴールとなります。時間は20分～40分ほどかかり、参加いただいた方には、参加者1名につき

- ・健幸ポイント300ポイント（会員のみ）
- ・可燃ゴミ処理券1シート
- ・飲み物1本

をプレゼントするほか、1グループにつき健康くらぶオリジナル火ばさみを1本プレゼントします。

クリーンウォーク大作戦は、会員以外でもご参加いただけるイベントとなっていますので、お誘いあわせのうえ、是非ご参加ください！また、クリーンウォーク大作戦期間中の9/26（土）と9/27（日）は、体組成と血圧の測定ポイントを2倍にしますので、参加された方も、そうでない方もお近くの健康の駅で測定されることをオススメします！

※雨天の場合は9/27（日）に延期し、9/27（日）も雨だった場合は中止します。

※中止、延期のお知らせは、9/25（金）の夕方までにホームページ、フェイスブック、LINEなどでお知らせします。

1週間に1回は計測しましょう！

3町村歩数大決戦が始まりました！

9/14（月）から3町村歩数大決戦が始まっています！全会員の平均歩数を競うため、送信していない人の分は0歩で計算されてしまい、東神楽町の平均歩数が下がってしまいます。普段計測をしていない方は、1週間に1回を目安に健康の駅での計測にご協力願います。

