



ひがしかぐら 健康くらぶ通信

LINE 会員
登録 QR



登録時 100P
更新時 50P

令和 3 年 5 月 27 日発行

NO.3

緊急事態宣言が6/20(日)まで延長される見通しです。外出等が減ることで、運動する機会が減ってしまうかと思いますが、適度な運動は免疫力の向上や重症化リスクの低下につながります。感染対策をしたうえで、意識して運動する時間を作るようにしましょう！

体育館のリーダーライターが復旧しました

4月より通信障害が起きていた体育館のリーダーライターが復旧し、活動量計を用いた血圧・体組成の計測・データ送信が出来るようになりました。ご不便をおかけしてしまい、申し訳ございませんでした。



ウォーキングラリー！

健幸ポイント
300 p

エジプト編 6/1(火)~7/31(土)

- ・ゴール達成者：商品券 500 円分&健康P
- ・期間：6/1(火)~7/31(土)
- ・ゴール歩数：423,212 歩(1 日: 7,054 歩)

※週に 1 回はデータ送信しましょう！

「からだカルテ」を活用しましょう

からだカルテにログインいただくと、タニタの健康プログラムの動画などをご覧いただけます。普段は測定結果や健幸ポイントの確認でしか利用しない方もいるかと思いますが、健康に関する様々なコラムや、タニタ食堂のおススメレシピ(毎週 5 定食分)を見ることができるなど、充実した内容となっていますので、興味のある方は是非ご覧ください。



緊急事態宣言が延長される見通しのため 運動教室、燃えるんピックの期間変更

前回の通信でお知らせしました運動教室につきまして、緊急事態宣言が6/20(日)まで延長される見通しであることから、現在受付を行っている6/14(月)、および6/18(金)に開催予定の運動教室を延期します。変更後の日程は現時点で未定のため、決まり次第、改めて通信等でお知らせいたします。

また、前回お知らせした運動教室の年間スケジュールの内容に一部誤りがありましたので、訂正したものを再送いたします。大変失礼いたしました。

脂肪燃えるんピックにつきましても、当初エントリーを5/31(月)から6/11(金)で行う予定でしたが、期間を延期し、6/21(月)から6/30(水)までで受付を行います。エントリー時に添付いただく体組成表と、記入いただく血圧についても、延期後の期間内で計測いただいたものが必要になりますので、ご注意ください。なお、これに伴い結果提出期間も延長となり、10/1(金)から10/8(金)までとなります。

※新型コロナウイルス感染症の影響等により予定が変更となる場合があります。

