



ひがしかぐら

健康くらぶ通信

LINE 会員
登録 QR



令和 3 年 9 月 8 日発行

NO.10

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。町村対抗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ましょう！目指すは優勝！！

【再掲】緊急事態宣言中の「健康の駅」の利用

緊急事態宣言期間中のため、市内の公共施設の利用制限がされています。健康の駅につきましては、利用できる時間が平常時よりも制限されますが、施設の開館時間内であれば利用いただけますので、ご利用ください。

なお、施設の一般開放はしていないので、運動等の活動は出来ません。ご注意ください。

また、学童保育等の対応により、開館時間以外にも職員がいることもありますが、下記の時間以外は健康の駅の利用はできません。

【平日 8:30~17:15】

- ・役場 ・総合体育館
- ・ふれあい交流館
- ・LAWSON の Loppi



Loppi

【上記の時間以外の平日、土曜・日曜・祝日】

- ・LAWSON の Loppi のみ

ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力のほど、よろしくお願いします。

なお、アプリ会員の方は、歩数データの送信が常時可能です。アプリ会員への移行を希望する方は、LINE にて「アプリ会員を希望します」とコメント願います。(詳細は通信 No.1 を参照)



通信 No. 1

みんなでまちをキレイにしよう！

健幸ポイント
300 p

クリーンウォーク大作戦！

現在実施中の 4 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。

新型コロナウイルス感染症の影響により予定が変更となる場合がありますが、その際は改めて通信等でお知らせいたします。
※詳細は同封チラシをご覧ください。



活動量計の取り扱いにご注意ください！

水濡れや破損による活動量計の交換が相次いで発生しています！中古の機器もほとんどない為、新品との交換は機器代金 3,500 円をいただきます。取扱いにご注意ください！

週に 1 度は計測しましょう！

健幸ポイント
300 p

歩数大決戦が始まりました

優勝で
+100p

9/4 (土) から 4 町村歩数大決戦が始まっていますが…未送信の方が多く、このままだと負けてしまいそうです(T_T) 未送信の方は 0 歩で計算され、平均歩数が大きく下がるため、1 週間に 1 回を目安にデータ送信をお願いします。東神楽町が優勝した場合、ゴールした人がもらえる健幸ポイントが増えますので、力を合わせて頑張りましょう！

