

令和5年度 やわた未来いきいき健幸プロジェクト

新規参加者募集

募集期間 7月3日(月)~31日(月)

ポイント付与期間 9月1日(金)~
ポイント交換 令和6年3月末ごろ
定員 1,300人(先着順)
参加費 1,000円

最大 (1年度あたり)
6,000 ポイント
獲得可能
(1ポイント=1円)

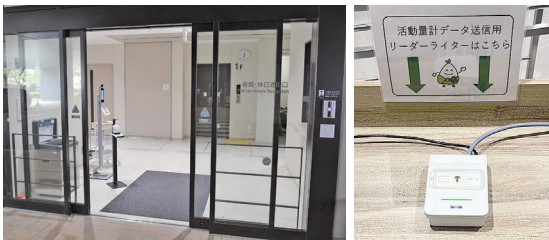
- ③ 参加者の管理、および事業効果分析を目的と協力できる
- ② 本事業のアンケートに合は、その時点で退会。出勤・転勤等をされた場合、市内在住または在勤
- ① 20歳以上(7月末時点)で、市内在住または在勤

- ② 測定ポイント 市役所などに設置する専用の体組成計で測定
- ③ 健康ポイント 指定期間内に健診を受診し、受診結果の写しなどを提出

■体組成測定会の日程表

日程	会場
8月18日(金)	生涯学習センター
8月19日(土)	美濃山コミュニティセンター 橋本公民館※
8月21日(月)	文化センター
8月22日(火)	文化センター
8月23日(水)	美濃山コミュニティセンター
8月24日(木)	文化センター
8月25日(金)	橋本公民館
8月26日(土)	福祉会館
8月27日(日)	福祉会館
8月29日(火)	橋本公民館
8月30日(水)	生涯学習センター
8月31日(木)	生涯学習センター

◆時間は午前10時~11時30分、または午後2時~3時30分。
※午前10時~11時30分のみ。



このプロジェクトは専用の活動量計を使い、ウォーキングや体組成計での測定のほか、健康診断の受診など、日々の健康に資する活動を市が応援する事業です。健康づくりにインセンティブとしてポイントを付与すること

ポイントの獲得方法は次の3つ。1年度の最大獲得ポイントは6000ポイント(1ポイント=1円)で、貯めたポイントでQUOカードなどと交換できるほか、市内保育園などへ寄付もできます。

④ 体組成測定会に左の表に参加できる

■申請方法 指定の申請書に必要事項を記入し、郵送(〒614-8501 市役所健康推進課健康増進係(住所不要))するか、健康推進課に持参、もしくは橋本公民館・山柴公民館・生涯学習センター・川口コミュニティセンター・美濃山コミュニティセンター・八寿園・市民体育館に設置している応募

市から郵送される体組成測定会の案内を受け取り、参加してください。その時にプロジェクトの説明や活動量計の配付を行います。

※測定会の日程は申込時に選んでください。

健康づくり応援



で、今まで健康に関心がなかった人でも、楽しみながら取り組めます。これまでに4000人近くの人にご参加いただいています。参加していない人は、これを機会に生涯を通じた健康づくりに励みませんか。

リーダーライターの増設について (7月3日~)

市役所の閉庁日や閉庁時間にデータの送信ができるよう、市役所1階守衛室時間外窓口前=写真左

にリーダーライター(データ送信器)=同右=を設置しています。利用される場合は、入り口横のインターホンを鳴らし、データ送信器を利用したい旨をお伝えください。

※開庁時間は、市役所2階の機器をご利用ください。

■利用時間
平日:午後5時15分~9時
土・日・祝日:午前9時~午後9時

市が、令和2年10月に実施した「健幸まちづくり調査アンケート」によると、コロナ禍が人々の体調や生活習慣に悪影響をもたらしており、特に40歳代と50歳代で影響が大きめという傾向がみられました。

やわたミドルクラブ



入会者募集

そこで昨年度に続き、やわた未来いきいき健幸プロジェクト(以下、みらいいき)に加入している40歳代、50歳代を対象にスポーツクラブ通いを中心に3カ月間の健康づくりに取り組む「やわたミドルクラブ」の入会者を募集を行います。

「みらいいき」に参加していない人は、これを機会に参加し、ミドルクラブに入会しませんか。

■やわたミドルクラブ募集概要

区分	内容
対象者	昭和38年4月1日~昭和58年3月31日生まれの人で「みらいいき」に参加している、またはこれから参加する市内在住の人
施設利用開始日	8月21日(月)~9月30日(土) ※施設利用期間は、上記期間内にスポーツクラブの利用を始めた日から3カ月間になります。
利用施設(いずれかを選択)	・コナミスポーツクラブ八幡(八幡源氏垣外51) ・グンゼスポーツ京都八幡(欽明台北3-1)
定員	1施設20人まで(定員超過の場合は抽選)
参加費	1人5,000円
活動内容	・スポーツクラブを3カ月間利用(利用回数は最大24回まで) ・トレーニング方法や栄養管理のアドバイスを受ける ・栄養補給や休養の取り方に関する動画の視聴
参加の流れ	参加申込▶参加決定の通知(8月中旬)▶施設利用開始期間内(9月30日まで)に初回利用を行う▶上記の活動内容を3カ月間実施する

やわたスマートウェルネスシティ計画改訂版案に意見を募集

市では、平成30年度~令和9年度の10年間を計画期間とした「やわたスマートウェルネスシティ計画」を策定しています。本計画は、市民が意識せずとも健康や幸せに暮らすことができるとまち「スマートウェルネスシティやわた」を構築する考えや取り組みをまとめている。そこで、計画策定から5年が経過したため、中間見直しを行います。皆さんのご意見を募集します。

計画案の閲覧時期と募集期間 7月10日(月)~31日(月)

■計画案の閲覧時期と募集期間 7月10日(月)~31日(月)

市では、平成30年度~令和9年度の10年間を計画期間とした「やわたスマートウェルネスシティ計画」を策定しています。本計画は、市民が意識せずとも健康や幸せに暮らすことができるとまち「スマートウェルネスシティやわた」を構築する考えや取り組みをまとめている。そこで、計画策定から5年が経過したため、中間見直しを行います。皆さんのご意見を募集します。