箕輪町

箕輪町役場　健康推進課　プレスリリース

令和２年７月 22 日　発信

報道機関各位

コロナに負けるな！30 日健康トライアル実施について

新型コロナウイルスの影響で自宅にいる時間が増えたと思います。おうちにいるとじっとしている時間が長くなってつい運動不足に・・・。
毎日ちょっとずつでも身体を動かして生活習慣を取り戻しましょう！

事業名　コロナに負けるな！30 日健康トライアル

概　要　１日の中で運動などの活動をすることができたら、記録用紙に実施日を記録していきます。記録分が 30 日分になったら、選べる健康グッズをプレゼントします。

実施期間　令和２年８月１日（土）　～ ９月 30 日（水）

交換期間　令和２年９月１日（火）　～ 令和３年３月 31 日（水）

交換場所　箕輪町役場健康推進課窓口（平日 8:30～17:15）

選べる健康グッズ

A. トレーニンググッズ＆グッズを使ったトレーニングアドバイス
B. 歯科衛生士推奨ハミガキグッズ＆口腔ケアアドバイス
C. かんたん調理シリコンスチーマー＆かんたんレシピ

その他

・記録用紙はみのわの実８月号と一緒に全戸に配布されます。（記録用紙１枚で４人分記録可能）
・グッズと交換できるのはお１人１回のみです
・記録用紙が足りない場合はご家庭でコピーして使っていただいても構いません。また、お電話をいただければ追加の用紙を送付いたします。

添付資料　有　無

育てる男が、家族を変える、社会が動く。
育 MEN イクメンプロジェクト
箕輪町は、
イクボス・温かボス
イクメンを応援します！

健康推進課　健康づくり支援係
（課長）柴宮　まゆみ(担当）河西　遼太
電　話：0265-79-3111　（内線 130）
ＦＡＸ：0265-79-0230
Ｅ－mail：kenko@town.minowa.lg.jp