

由布市健康マイレージ 2000ポイント券

<2000ポイント獲得までの手順>

- 1) 下記の①～③の内容を全て記入する。
- 2) お持ちのマイレージシートの【対象事業への参加】の欄にこのポイント券を貼りつける



応募締切
R3.3.5

私が続けるステイホーム健康習慣 あなたがうちで続けている健康習慣を教えてください。



①続けている健康習慣(必須)

②続けられている理由(必須)

③続けてよかったと思うこと・思う時(必須)

※上記の内容を性別・年代のみ公表する形（例：60代男性、など）で、市民向けのチラシや市報等で掲載させていただく可能性があります。掲載可否について、お聞かせください。【丸印をしてください】

掲載してもよい ・ 掲載してほしくない

※ 記入例は裏面にあります ⇒

のりしろ

健康マイレージ事業についての問い合わせ先

由布市健康増進課 ☎097-582-1120

私が続けるステイホーム健康習慣(記入例)

①続けている健康習慣(必須)

- ・ステップ運動1日10分
- ・1日1回は笑う機会を作る
- ・食事のときは、まず野菜から食べる など

②続けられている理由(必須)

- ・ずっと自分の足で歩いていたから
- ・孫の結婚式までは元気でいたいから など

③続けてよかったと思うこと・思う時(必須)

- ・仲間ができたこと
- ・薬を飲まずにすんでいること など

※上記の内容を性別・年代のみ公表する形(例:60代男性、など)で、市民向けのチラシや市報等で掲載させていただく可能性があります。掲載可否について、お聞かせください。【丸印をしてください】

掲載してもよい ・ 掲載してほしくない

こちらは裏面です。

貼付するときは表面が見えるように添付してください。

裏