

令和8年度『かつやま健康ポイント』が始まります！

『かつやま健康ポイント』とは…

普段の一日の平均歩数にプラス1,000歩(時間換算でプラス10分)した歩数を一日の目標歩数に設定し、目標を達成したら1ポイントが付与されます。

50ポイント達成で、**市内で使えるお得な電子クーポンを進呈！**



『かつやま健康ポイント』の詳細は、
広報9月号およびホームページをご覧ください。
随時申し込みを受け付けています。

[詳細はこちら▶](#)



**参加無料
要予約**

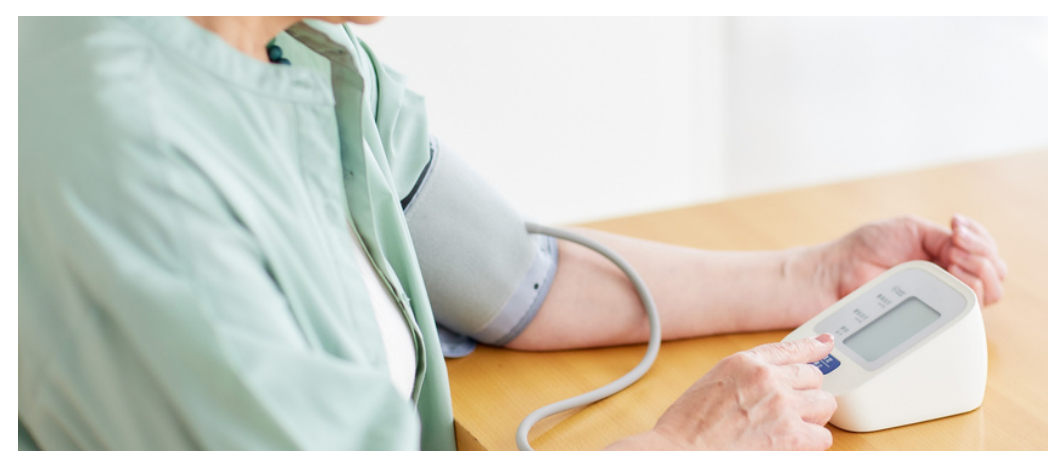
『かつやま健康ポイント』
スタートイベント

健康 ひろば

令和8年9月28日(月)

時間：13:15 ～ 16:00

会場：福祉健康センターすこやか
多目的ホール(③入口)



測定＆体験で 健康チェック！

- ・血管年齢
- ・骨の健康度
- ・足の筋力
- ・血圧測定
- ・保健推進員ブース
- ・食生活改善推進員ブース

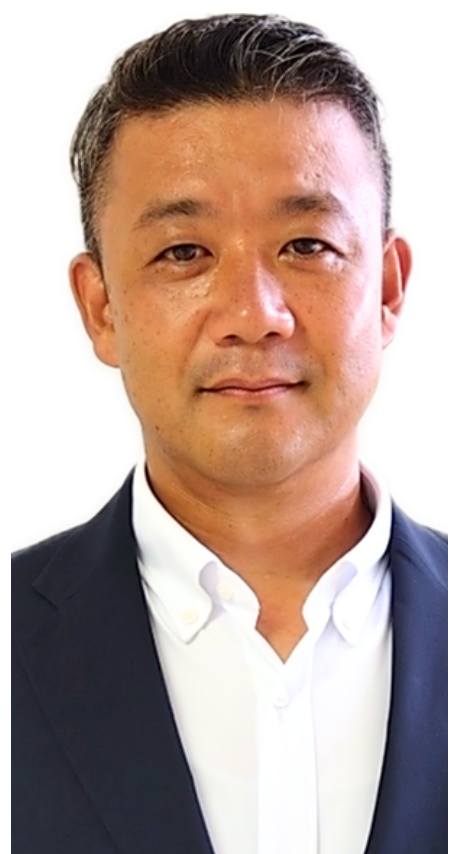
健康ポイント事業説明会

健康ポイント事業で使用する
LINEの登録方法、ポイントの
貯め方をご説明します。

※LINEが使用できる端末
(スマートフォンなど)を
お持ちください。



時間 14:30～16:00



講演

効率よく運動するための極意
～プラス10分の健康時間の作り方～

講師 福井大学
山次俊介 教授

時間 13:30～14:30

お問合せ・お申込は
お電話またはwebから

☎ 0779-87-0888

主催：勝山市健康体育課

web予約はこちら▶

