



あいさい健康マイレージに参加しよう!

「あいさい健康マイレージ」は、食事や運動など自らの健康づくりに向けた目標を決めて取り組むことでポイント(マイレージ)を貯め、特典が受けられる事業です。チャレンジシートまたは、あいさい健康マイレージ携帯アプリ「あいち健康プラス」で参加することができます!



健康づくりを始めるきっかけとして、ぜひ参加してください!

***対象者:**15歳以上の市内在住、在勤、在学者(中学生を除く)

***実施期間:**7月1日(火)~12月31日(水)

***チャレンジシート配布場所:**佐屋保健センター、各支所

※今年度のチャレンジシート全戸配布は実施しておりません。

チャレンジシートで参加を希望される方は、上記の場所でお求めください。チャレンジシートは市ホームページからもダウンロードできます。



STEP1/

ためる

健康づくりの取り組みを実施して100ポイント貯めよう!

STEP2/

もらう

100ポイント以上貯まったらMyca(まいか)をもらおう!

STEP3/

つかう

Myca(まいか)協力店で優待サービスを利用しよう!

+

ポイント達成先着300名様にガーゼハンカチをプレゼント!

Wチャンス!

抽選特典に応募して商品を得ることができるチャンスも!

★お得にポイントをゲット★

健康診査、がん検診、歯周病検診などの受診で5ポイントゲットできます! 健康診査に受診して、お得にポイントをゲットしましょう!



★アプリでの参加がおすすめ★

【アプリのここがおすすめ】

- ◎歩数に応じて毎日ポイントが加算!(6,000歩で1ポイント、10,000歩で2ポイント)
- ◎毎日の歩数を記録できる
- ◎チャレンジの達成チェックがどこでもできる



アプリのインストールはこちら▼
【Android】 【iOS】



がんサポート ほっとライン

☎ 052(684)8686

県では、がんのぴあサポーターによる、がん患者とご家族を対象とした電話相談を行っています。「がんの不安や悩みを聞いて欲しい」「地域の医療機関の情報を得たい」「同じがんの体験者と話したい」そんな時にご活用ください。

開催日時

毎週火・木曜日と土曜日(月2回)
午前10時~正午(受付 午前11時30分まで)
午後1時~2時(受付 午後3時30分まで)
※ご予約をお勧めします。詳細日程のご確認、ご予約はNPO法人ミーネット事務所まで。

問 NPO法人ミーネット事務所 ☎052(252)7277 (受付:火~土曜日 午前9時30分~午後5時)

