

1歩から始める

健康への  
チャレンジ!

大府市  
健康プログラム  
2024  
参加募集

18歳以上から参加OK

参加募集期間

8/5月～9/20金  
9:00～申し込みスタート

大府市健康プログラムは、2～10人1組のチームで参加するウォーキングプログラムです。「からだカルテ」（専用アプリ）では個人やチームの歩数なども確認できるので、互いに励まし合いながら、楽しく参加できます。健康プログラムへの参加を通して、楽しくウォーキングをして運動習慣を身に付けていきましょう。

らくらく参加



参加するために必要なアイテムはタニタのFeliCa搭載活動量計「AM-150」、スマートフォン、スマートウォッチのいずれかです。使用機器およびアプリに関する詳細は市ウェブサイトを確認してください。

キックオフ説明会

日時 令和6年10月9日（水）  
午前10時～午後7時

カラダ測定・相談会

日時 令和7年1月29日（水）  
午前10時～午後7時

※いずれも所要時間15分程度

プログラム中に行うこと

- ①活動量計やスマートフォン、スマートウォッチを持って生活
- ②データ送信（7日に1回程度）
- ③健康ポータルサイト「からだカルテ」で活動状況をチェック

チーム対抗  
歩数イベント  
実施期間

11/1（金）～1/31（金）  
（3か月間）

利用料金

1,000円/人  
既にタニタのFeliCa搭載活動量計「AM-150」をお持ちの方またはスマートフォンかスマートウォッチによる歩数計アプリで参加される方  
※活動量計購入費用は別途3,850円/個必要となります

参加条件

- ①市内在住・在勤・在学の18歳以上の方（高校生は除く）
- ②2～10人1組のチームで参加

参加費の支払

10月9日のキックオフ説明会で、チーム分まとめてお支払いください。（現金のみ）

大府市役所健康未来政策課

☎ 0562-85-3232

✉ k-mirai@city.obu.lg.jp

詳しくはこちら →

