

## 令和5年度 むらやま健幸ポイント事業

# ニュース レター 8月号



暑い日が続きますね。  
日の高い時間帯での運動は避け、水分補給をこまめにするなどして熱中症に気をつけましょう。  
9月15日から12月までを“ポイント獲得期間”とする予定です。詳しくは、次号(9月号)でお知らせします。

### < 今月のお知らせ >

#### ① 健康教室のご案内 (9月開催分)

9月のテーマ

「身体を動かす習慣を身につける!!～ウォーキングで健康生活～」

講師 ウェルベース村山 インストラクター 場所 飴葉プラザ 飴葉ホール

日 程		時 間	備 考
9月21日(木)	午前	① 10:00～10:30 / 受付 9:30～ ② 11:00～11:30 / 受付 10:30～	・ 申込不要 ・ 無料 ※健幸ポイント事業の参加者が対象です。 ・ 各回 50名(先着) ・ 受付時間内に体組成測定をおこないますので、余裕をもってお越しください。 ・ 動きやすい服装でご参加ください。
	午後	① 13:30～14:00 / 受付 13:00～ ② 14:30～15:00 / 受付 14:00～	
9月22日(金)	午前	① 10:00～10:30 / 受付 9:30～ ② 11:00～11:30 / 受付 10:30～	
	午後	① 13:30～14:00 / 受付 13:00～ ② 14:30～15:00 / 受付 14:00～	
	夜	① 19:00～19:30 / 受付 18:30～ ② 20:00～20:30 / 受付 19:30～	

#### ② 事前アンケートへのご協力

令和4年度までの参加者に、事前アンケートと返信用封筒を同封しています。アンケートをご記入いただき、9月末日 まで返信用封筒にて送付ください。ご協力をお願いします。

#### ③ 新規参加者を募集中!

同封している「参加者募集のチラシ」をご家族やご友人にお渡しいただき、健幸ポイント事業をご紹介ください。紹介した方、紹介を受けて申込をした新規参加者には 紹介ポイント(50ポイント)が後日付与されます。