

今年もやります！ 本気の「3か月」

参加費
★無料★

令和5年度いちき串木野市

ウエストサイズ大作戦

健康ポイントをためて、賞品を狙おう！

期間

令和5年 8月1日(火)～10月31日(火)

対象

いちき串木野市にお住まいの 20～64 歳の方

- 携帯（スマートフォン）をお持ちの方に限ります。
※但し、シニア向けスマホ（らくらくスマホ等）は使用できません。
- 個人または3名チーム1組でお申し込みできます。

先着
100名様

お申し込みは、
6月27日(火)より受付開始！

【締切】7月18日(火)まで

携帯アプリを使って、楽しく健康づくり！

👍 毎日ランキング！

健康ポイントを毎日集計。
ゲーム感覚で、楽しく健康づくり。

👍 スマホでラクラク！

体重管理や歩数管理がカンタン。
グラフで、月・週ごとの変化もわかる♪

👍 個人でも、3名チームでも！

ダウンロードするだけで、気軽に参加OK。
なんと、昨年は参加者平均、
ウエスト5cmダウン！



ランキング上位者には
豪華賞品 もあるよ！

昨年度参加者の声♪

頑張ったおかげで、血液検査の
データもよくなりました♪

今回の参加をきっかけに
歩く習慣ができました。
参加してよかったです！

続けることが
大事だと痛感しました！



本イベントは“健康づくり”を楽しみながら、習慣化することが目的です。