

ふくし大作戦!!!2017



活みなぎるふくしのまちづくり

ふくし大作戦!!!2017

《warm heart!でつながるまちづくり》

▶ 詳 総合福祉課 TEL(32)6354

雪かきボランティア募集中!!

自力で除雪が困難な高齢者・障がい者世帯などを対象にした「雪かきボランティア事業」にご協力いただける方を募集しています。

※ボランティア保険に加入していただきますが、保険料の負担や手続きの必要はありません

除雪期間 12月1日(金)~平成30年3月31日(土)
10cm程度の積雪があったとき

除雪場所 各家屋の玄関口から道路に面した出入口まで。
幅員1m程度

申し込み 社会福祉協議会
TEL(84)6481

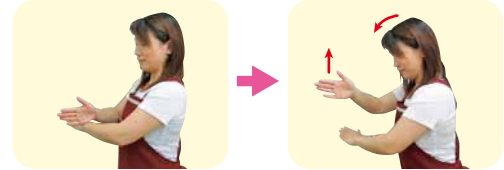


無理のない範囲でOK!

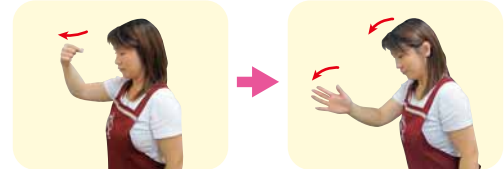


手話のあいさつ やってみよう!!

ありがとうございます



ごめんなさい



お得な情報を毎月お届け!



▶ 詳 政策推進課
TEL(32)6042



健康経営 地方創生

~とまチョップポイントで地域の健康づくりから地域の活性化へ~

とまチョップポイントで、社員の健康づくりをサポートしてみませんか?

今月は、とまチョップポイントを活用した健康促進事業例をご紹介します。健康づくりで貯まったポイントは市内の加盟店で、1ポイント=1円で利用可能です。社員の健康が地元商店街の元気につながります!

活用事例 ①

ウォーキングポイント

歩数計やスマホアプリ*で歩数をカウントし、歩数に応じてポイントを発行
 ※無料の歩数計アプリ「RenoBody」など
 (例) 1日で1万歩歩く→10ポイント



活用事例 ②

脂肪買取ポイント

健康診断などで計測した体脂肪率と比較し、改善率に応じてポイントを発行
 (例) 体脂肪率1%減につき→50ポイント



活用事例 ③

禁煙ポイント

禁煙期間に応じてポイントを発行
 (例) 1カ月禁煙継続につき→100ポイント



活用事例 ④

エコ通勤ポイント

自家用車での通勤から、自転車での通勤に変更した期間に応じてポイントを発行
 (例) 自転車通勤1カ月継続につき→500ポイント



*ポイント発行に係る費用は健康経営導入企業の負担となります

フロー図

健康づくりにチャレンジ



ランニング
買い物 通勤

目標達成でポイントゲット



ポイントでおトクに買い物



ご興味のある方は、事務局までお問い合わせください

とまチョップポイント事務局 (株式会社 オーティス)
 営業時間 9時~18時 (土・日曜日、祝日を除く) 所 弥生町2-3-1 TEL(78)3500