

13万人のチャレンジ ★ゲット★ 健康長寿 ポイント

おとなポイント <対象：18歳以上の延岡市民>

ポイント対象の活動 募集中！



皆さんのイベントや教室、サークル活動などを登録して「仲間づくり」や「健康づくり」につなげませんか！
健康づくりでポイントを貯めて、
素敵な賞品をゲットしましょう！

健康長寿ポイントを獲得するには、それぞれの活動（イベントや教室、サークル活動など）の主催者にご登録いただくことが必要です。
健康長寿ポイントの登録には、（別紙）登録票をご利用いただくか、下記の事務局までご連絡をお願いします。
ご登録後、6ヶ月ごと（行事ごと）にポイントカードをお渡しします！

このような活動が対象です！

サークル活動や教室など

6ヶ月の活動で **100**ポイント

5人以上で
継続的・定期的

こんなサークルや教室が対象です



グラウンドゴルフ



ラジオ体操



ウォーキング



太極拳



料理教室



スポーツ活動

その他にも… 文化活動
高齢者クラブ活動
推進チーム活動
フィットネス教室
体操教室 など

（営利の活動を含む）

イベントや行事など

1つの活動で **100**ポイント

みんなで
集まる

地域や職場などでの
健康づくりのこんな活動が対象です

運動会

ミニバレー大会

ウォーキング大会

レクリエーション大会

グラウンドゴルフ大会

夏休みラジオ体操会

講演会・学習会 など

市民対象のイベントや講演会

- ・健康や医療がテーマの講演会やイベント
- ・ウォーキング大会 など



くわしくは、こちらまで
ご連絡をお願いします！

延岡市健康長寿推進市民会議
（事務局）延岡市 健康長寿推進室
TEL 22-7088 FAX 22-1347
nagaiki@city.nobeoka.miyazaki.jp