



健康チャレンジ



参加
無料



HODO HODO CHALLENGE

30日間、自身の「ヘルスケア」に
目をむけてみませんか？！



申込期間

2023.8 / 29 ~ 10 / 20

ウェアラブルデバイスの30日間**無料貸出**が利用できます！
話題のお散歩イベントに**優先参加**して、楽しく運動に取り組もう！

取組内容

1

楽しく歩く



10月開催

話題のお散歩イベントとの
コラボ企画に参加してみよう

運営:一般社団法人 あるっこ

2

運動量を知る



ウェアラブルデバイスをつけて
睡眠や運動量を知ろう

協力:MedVigilance Inc.

3

情報を得る



お役立ち健康情報の配信等
チェックしてみよう

対象者

参加記念**オリジナルタオル**
プレゼント！

詳細HP

Coming soon !

- ・保土ヶ谷区在勤・在住の30代～50代の方
- ・先着25名(健康等に関するアンケートにご協力をお願いします。)

問合せ

保土ヶ谷区福祉保健課健康づくり係
045-334-6345

ほどチャレ

検索

申込先

