

狛江市在住の20歳以上の方対象

★新型コロナウイルスに負けない身体づくりをしましょう★

# 狛江 ちゃきちゃき 健康ポイント

100名様に  
3,000円分の  
クオカードが当たる!



「コンビニなどで使える金券」

【実施期間】

令和2年 7月1日(水)  
～令和3年 1月29日(金)

※お一人様何口でも応募可!

ただし、プレゼントの当選はお一人様につき1回となります。当選を保証するものではありません。

※令和3年2月抽選予定

抽選の結果発表は、プレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

## 【参加方法】

### STEP1 健康づくりの取り組みでポイントをためる

裏面の取り組み台紙を使用し、100ポイントためる

- ① お家で実践!! お手軽体操コース
- ② 楽しく! 食生活改善コース
- ③ なんでも健康づくり! コース
- ④ 健診結果データ改善! コース
- ⑤ 自分のからだを知ろう! コース

から2種類のコースを選んでそれぞれの目標を達成する。

### STEP2 下記アンケートと本人情報を記入する

記入漏れがあると抽選に参加できないため、ご注意ください。

### STEP3 期日までに応募する(①または②)

- ① 応募ボックスに投函(令和3年1月29日17時まで)
  - ・市役所(2階総合案内近くの健康ポイントブース)
  - ・あいとぴあセンター(健康推進課窓口)
- ② 健康推進課へ郵送(令和3年1月29日消印有効)  
〒201-0013  
狛江市元和泉2-35-1 あいとぴあセンター内 健康推進課 あて

【アンケート】※記入漏れのある場合は抽選に参加できませんのでご注意ください。

回答欄に該当する番号をご記入ください。(すべて1つのみ)

#### A. 健康ポイントに参加した理由は何ですか?

- ① 健康づくりのため ② すすめられたから ③ プレゼントが当たるかもしれないから

#### B. 健康ポイントに参加して健康づくりに効果があったと感じますか?

- ① 感じた ② まあまあ感じた ③ あまり感じない ④ 全く感じない

#### C. 健康ポイントに参加することで、今後の健康づくりに取り組む意欲につながりましたか?

- ① 感じた ② まあまあ感じた ③ あまり感じない ④ 全く感じない

#### D. 健康に対する取り組みについて教えてください。

- ① 健康ポイントに参加する前から取り組んでいる ② 健康ポイントをきっかけに取り組もうと思った  
③ 取り組もうと思わない

回答欄

A

B

C

D

フリガナ		電話 番号			
氏名					
住所	〒201-00		性別	年齢	

狛江市健康推進課 TEL:03-3488-1181 FAX:03-3488-9100