

申込方法

◆ マンガになりました



申し込んで説明会の予約を取ろう！

① 応募用紙申込 (応募用紙は下)
役場長寿介護課へ持参
もしくは郵送

● 持参の際は窓口で、郵送での申し込みの際はお電話で説明会の日時をご案内します。

② WEB申込
QRコードから
サイトにアクセス



● WEBで説明会を仮予約。後日メール等で説明会の日時をご案内します。

③ 電話申込
長寿介護課へ
電話 (34) 2052

● その場で説明会の日時をご案内します。



たわらもと健康ポイント
入門ガイド



こちらから

事前学習コース

説明会参加コース

スマホ等で事前に知ろう！

1、QRコードにアクセスして詳細を知ろう！



1 事業紹介動画
2 かんたんガイド
3 参加手引き } を確認しよう

2、スマホに「からだカルテ」アプリを取得しよう！



「からだカルテアプリ」ではご自身のポイントの獲得状況、歩数・体組成状況が確認できるほか、役場からのお知らせが届きます。

説明会に参加しよう！



持ちもの

- ・年会費 2,000円
ご加入中の健康保険によります。
- ・スマートフォン (携帯電話)(持っている方のみ)
- ・筆記用具
- ・国民健康保険証(みどり色)
ご加入されている方のみ

内容 ※1

- ① 活動量計の貸与
- ② 体組成測定
- ③ 概要説明 (動画の視聴)
- ④ 「からだカルテ」の取得
- ⑤ アンケートの回答

※1 事前学習コースの方は内容の①、②、⑤のみ

説明会の時間 説明会参加コース 1 時間程度
事前学習コース 15分 程度

効果が出ています

令和2年度から参加している参加者の医療費・介護給付費は、非参加者と比べて約8.3万円低い(1人あたり年間平均)結果が得られました。

健幸ポイント事業応募用紙

2名以上の場合はコピーしてご使用ください。

フリガナ			
氏名			
生年月日	大正・昭和・平成	年	月 日
住所	〒636- 田原本町	身長	cm
電話番号		男・女	
選 択 コ ー ス			
<input type="checkbox"/> 説明会参加コース		<input type="checkbox"/> 事前学習コース	

健幸ポイント参加者限定 イベントもたくさん♪



バーチャルウォーキング

