

楽しく歩いて
介護予防

歩数計を持って
歩いて

ポイントを
貯めて

健康と
地域商品券をGET
もらえる商品券は
最大2,000円

期 間

参加時～2月末(ポイントの集計も2月末まで)

対 象

田原本町在住の**65歳以上の方**(参加年度に65歳になられる方も対象)

年会費

一律500円(国民健康保険に加入されている方も年会費が必要です)

申込方法

詳細は裏面に記載

STEP 1

申し込みをして
活動量計を受け取る



活動量計コース

アプリコース

- ①説明会コース(所要時間約1時間)
 - ②事前学習コース(所要時間約15分)
- どちらかをお選びいただけます。

STEP 2

活動量計を持って歩く



ご自身の平均歩数を知るところから始めましょう。

STEP 3

「送信/測定」して
ポイントを貯める



町内の送信拠点(体組成計の設置拠点もあり)、全国のローソン・ミニストップに設置の送信機(Loppi)で送信!

STEP 4

ポイントを商品券に交換



貯めたポイントは田原本町内の加盟店で使える商品券と交換できます。もらえる商品券は**最大2,000円**

お申し込み・お問い合わせ

長寿介護課 介護認定・高齢者支援係
TEL ; 0744 - 34 - 2052



詳しい情報は
こちらの
QRコードか
らでも確認
できます。

