

健やかさかた ヘルスケア 推進事業

とは、県内で初めて「タニタ健康プログラム」*を利用して、活動量やからだの状態を「見える化」し、楽しみながら健康づくりができるプログラムです。

*「タニタ健康プログラム」は「第2回健康寿命をのびそうアワード」で厚生労働大臣優秀賞を受賞しています。

プログラム ①
活動量計で歩数や活動エネルギー量を測りましょう

- 活動量計を携帯しましょう。
- 歩数や活動エネルギー量を計測できます。

運動する → リーダーライターにタッチ

リーダーライター設置場所

- 市役所
- 市民健康センター
- 中町にぎわい健康プラザ
- 光ヶ丘プール
- 交流ひろば
- 文化センター

※設置場所は見える予定です。

リーダーライターに活動量計を取することで、活動量計に貯めたデータをインターネット上(からだカルテ)で確認できます。

リーダーライター
データの送受信




プログラム ②
体組成計と血圧計でからだの状態をチェックしましょう

体重、体脂肪、筋肉量、基礎代謝量、内臓脂肪レベル、筋肉量のバランスがひと目でわかります!

体組成計

体組成計・血圧計設置場所

- 市役所
- 中町にぎわい健康プラザ
- 光ヶ丘プール
- 市民健康センター

血圧計




プログラム ③
参加者限定専用サイト「からだカルテ」でからだの変化を実感!!

●「からだカルテ」によってデータを「見える化」します。

●活動量計や体組成計、血圧計で測ったデータが自動でグラフ化され、パソコンやスマートフォンからからだの変化がひと目でわかります!


QRコード
または で検索!



プログラム ④
栄養セミナーや歩数イベントなど参加者限定のイベントを開催します

見合わせ中

- 参加者限定のタニタ宣伝セミナーで運動や栄養のコツを楽しく学べます。
- 参加者全員によるインターネット上の歩数イベントを年に数回開催します。



特典もいっぱい!

特典 ① 6,000円相当の活動量計を配布。
参加費1,800円で利用できるのでお得です!

特典 ② 年3回インターネット上で開催される歩数イベントの上位者には景品をプレゼント!



特典 ③ タニタ食堂のレシピやタニタの健康コラムがご覧いただけます!



特典 ④ 歩数やバーチャルウォーキングラリーに参加することでたまる歩得ポイント!ポイントで景品GETしましょう。