



ヘルピー健康だより



健康づくり
マスコットキャラクター
「ヘルピー」

日進市健康課

日進市と愛知県がみなさんの健康づくりを応援します！

にっしん健康マイレージ

こんなこと
感じていませんか？

健康のために
何かしたい…

変わる
きっかけが
ほしいな…

にっしん健康マイレージへ参加して
自分の健康づくりを
意識するようになった人



8割以上が
健康を意識
するようにな
った！

参加者の声からも…

体重を
グラフに
つけてみた

やる気が
出てきて
5kgやせた！

ちょっとした
ごほうびが
うれしい！

参加方法は簡単♪

ステップ1

チャレンジシート 入手

保健センターガイドや市のホームページ
からのダウンロードでも入手できます

ステップ2

健康づくりに チャレンジ

にっしん
体操をする

野菜を
食べる

ステップ3

健康づくりポイントを貯めて まいかカードと 交換

参加できる人

16歳以上の日進市内在住・在学・在勤の人

チャレンジ期間

平成30年4月1日～平成31年3月31日

チャレンジシート提出(交換)締切

平成31年4月10日(水)必着

県内の協力で
まいかカードをみせると
サービスが受けられます

飲み物1杯
サービス*

10%割引*

* サービスの一例

もっと知りたい人は、
日進市のホームページ
へアクセス！



お問い合わせ先 日進市健康課 (保健センター) 電話 0561-72-0770 ファックス 0561-74-0244

