



令和元年度亀山市健康マイレージ事業の開始

亀山市は、10月1日から「令和元年度亀山市健康マイレージ事業」を開始します。

この事業は、亀山市在住又は在勤の18歳以上の方を対象に、市民が健康に対する意識を高め、健康寿命を延伸できるよう、三重県が実施する三重とこわか健康マイレージ事業と連携して実施するものです。

まず、健康ポイントシート（別添資料5頁参照）に、自分に合った健康づくりの目標を1つ記入し、20日間取り組みます。さらに、検（健）診や健康に関する教室等に参加すると、健康マイレージ（ポイント）が付与されます。所定のポイントを貯めて応募すると、県内協力店で様々なサービスが受けられる「三重とこわか健康応援カード」が応募者全員に配布されるとともに、健康関連用品や亀山市の物産などの景品が抽選で当たる特典を受けることができ、楽しみながら健康づくりが出来ます。

なお、ポイントを貯める健康ポイントシートは、広報10月1日号と同時に全戸に配布することといたし、応募方法など詳しくは、別添資料をご参照いただきたいと存じます。

多数の皆様のご参加をお待ちしております。