

郵便はがき

310-8790

茨城県水戸市梅香1-5-5
茨城県JA会館分館5F
茨城県生活協同組合連合会

いばらきまるごと
健康づくり2020係

参加申込用

アンケートにご協力ください

■この企画に参加したきっかけは何ですか?

- 食生活を改善したい 適度な運動をするきっかけにしたい
- 生活習慣病の予防のため 家族の健康づくりに役立てたい
- 友達に誘われて その他()

健康づくりへの思いをお書きください。
川柳・俳句でも表現してください

*応募いただいた川柳は、次年度以降のチランなどに使わせていただきます。

PDFではハガキは使えません

WEB・LINEからお申込みください。

スマホからも簡単に参加できます

郵便はがき

QRコードはこちら

LINE@

108790

茨城県水戸市梅香1-5-5

*WEB、LINE@からお申し込みの場合、結果報告は別途ご案内します。
*当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます

いばらきまるごと
健康づくり2020係

結果報告用

アンケートにご協力ください

■いばらきまるごと健康づくりに参加されていたか?

- 健康づくりの良いきっかけになった
- キャンペーン期間は終了したが続けていこうと思う
- 来年度も参加したい その他()

取り組んだ感想をお書きください。
川柳・俳句でも表現してください

*応募いただいた川柳は、次年度以降のチランなどに使わせていただきます。

この企画をどこでお知りになりましたか?

- 茨城県保健生協 医療福祉生協いばらき いばらきコープ 生活クラブ
- パルシステム茨城 栃木 常総生協 よつ葉生協 各JA JA女性協 JA中央会
- JA信連 JA厚生連 全農 JA共済連 協同病院 農協 茨城県食改協議会
- 農社協 こくみん共済 学校生協 その他()

参加方法

- コースを選択** 中面の4コースからお選びください。複数の選択もOKですよ!
- 参加申し込み** **2020年10月31日まで**
左側の参加申込用のハガキに記入し投函。BDHQ調査もやっておきましょう。
- チャレンジスタート** 大人も子どもも、30日間チャレンジ!
- 結果報告** **2021年1月15日まで**
左側の結果報告用のハガキに記入し投函。BDHQ調査を再度行い、確認しましょう。
- 記念品贈呈** 結果報告を頂いた方の中から5,000名の方に記念品をプレゼントします。


スマホからも簡単に参加できます

QRコードはこちら

LINE@

*WEB、LINE@からお申し込みの場合、結果報告は別途ご案内します。
*当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます

【参加特典】 東京大学 佐々木 敏 教授監修
BDHQ調査(一回500円)が2回無料
質問表にこたえて日々の食事・栄養素のバランスをチェック。一人2回まで無料なので、健康チャレンジの前後にやってみましょう。申し込み方法はハガキはQRコードから、スマホからは、応募フォームから選択できます。



- 主 催/いばらきまるごと健康づくり実行委員会・協同組合ネットいばらき
- 実施団体/JA茨城県中央会、JA共済連茨城、JA茨城県厚生連、JA全農いばらき、JAバンク茨城県信連、茨城沿海地区漁連、茨城県県連、茨城県酪農連、茨城県畜産連、茨城県労働協、茨城県消団連、茨城県生協連、いばらきコープ、パルシステム茨城 栃木、茨城保健生協、医療福祉生協いばらき、こくみん共済、学校生協、県庁生協、生活クラブ、常総生協、よつ葉生協、茨城県社協、東京海上日動、共栄火災
- 後 援/茨城県、茨城新聞社、茨城放送、茨城県食生活改善推進員協議会、茨城県社会福祉協議会
- 協 賛/CO-OP共済(コープ共済連)、JA共済、共栄火災海上保険株式会社、東京海上日動火災保険株式会社

JA共済の
地域貢献活動

CO-OP共済

コーすけ

J A共済は県民の皆様の健康づくりを応援しています。

お問い合わせ

いばらきまるごと健康づくり実行委員会 事務局 (茨城県生活協同組合連合会 内)
TEL Email
029-226-8487 ibkenren@ibaraki-kenren.coop

協賛/CO-OP共済 JA共済

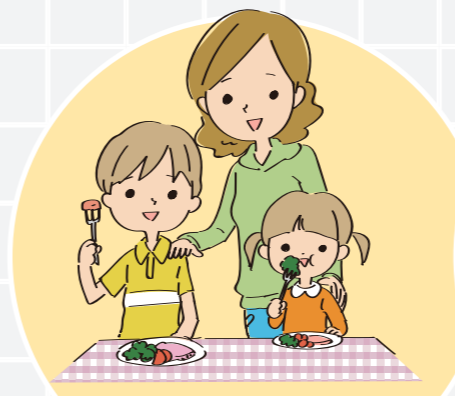


いばらきまるごと健康づくり 2020

健康チャレンジ

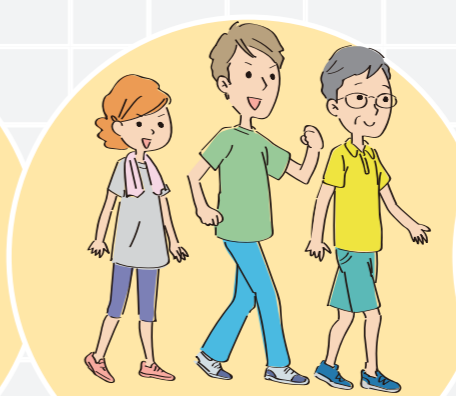
2020.10.1 THU - 12.31 THU の、うち30日間

お子さん 家族 職場の仲間 お友達やグループ
県民みんなで健康寿命日本一を目指そう



良い生活習慣を身につけ
がん・心疾患を予防

がんや心疾患などの生活習慣病を予防するためには、なによりも生活習慣を改善することが大切です。健康チャレンジに取り組む事で良い生活習慣を身につけましょう。



13万人の仲間達と
いっしょに取り組む

健康チャレンジは、同様の取り組みを全国の協同組合が連携しあい、各地で開催しています。毎年参加者は13万人以上。全国の仲間とともに取り組みましょう。



参加者の約8割が
良い生活習慣を継続

4つのコースから選んで30日間チャレンジを達成すれば記念品がもらえます。参加者の約8割が継続するなど健康づくりを習慣化のきっかけに。

いばらきまるごと健康づくり
2019
健康チャレンジ
こえ
参加者の声

うす塩に
なれました

飲みたいと思う気持ちを
抑える事が出来た。

今日の運動が老後を
保障しますので、続けます

毎日体重血圧を計ったら、
2ヶ月で3kg減りました

キャンペーン終了後も
続けていく

23%

36%

40%

健康づくりの
よいきっかけになった

次年度も
参加したい

約8割
(76%)

キャンペーン参加後、
健康づくりを続けよう
と考えている方は...

参加無料
5,000名様に
記念品を贈呈

「磨きやすい」歯ブラシ →

さらに抽選で
うれしい記念品
Wプレゼント
ブラックピラミッド10点セット
(災害時役立ちアイテムセット) →

この機会に良い生活習慣を身につけませんか?お申し込みはがきで、今すぐお申し込みください!

UD FONT 見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

主催/いばらきまるごと健康づくり実行委員会・協同組合ネットいばらき

