

◎料金の記載のないものは無料です。  
◎マークの見方は18ページ参照。

スマートウェルネスあしかが

ポイントをためて、健康と景品を手に入れよう

## 健康増進課 ☎24512

毎日の健康づくりやボランティア活動、検診の受診、イベントの参加などでポイントがたまります。

ポイントをためる期間 2021年2月28日(日)まで

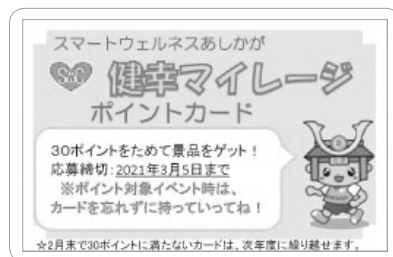
30ポイントたまったら抽選に応募しよう!

選べる4つの景品

- A** JA足利農産物直売所共通クーポン 2,000円分×100人
- B** ユナイテッド・シネマギフトカード 3,000円分×100人
- C** クオカード 1,000円分×100人
- D** キッズピアあしかが招待券 1,000円分×50人

対象 市内に在住か通勤・通学している方

応募方法 ポイントカードに30ポイントためて、必要事項を書いて、市役所、保健センター、各公民館などへ提出



●ポイントカードや詳しいルールを記載したリーフレットは、市役所、保健センター、各公民館などにあるほか、市ホームページからも入手できます。

### 足利春まつり 足利まちなかウオーク 足利商工会議所・☎21354

健幸マイレージ 3ポイント!  
4月29日(水)  
開会式 午前9時30分  
(午前9時から受付)  
渡良瀬川左岸中橋緑地多目的広場  
スタート地点で、スマートウェルネスあしかが啓発イベントを実施します。



### たかろばカフェ

元気高齢課・☎2135

会場・連絡先	4月	5月
高齢者複合支援施設 喜重苑(今福町) ☎23940	6日(月) 20日(月)	18日(月)
	午前11時~午後3時	
ピーターパン (元学町) ☎41281	21日(火)	19日(火)
	午後1時30分~4時	
特別養護老人ホーム こはく苑(堀込町) ☎735890	8日(水)	13日(水)
	午後1時30分~3時30分	
醍醐の森(山川町) ☎411328	26日(日)	31日(日)
	午前10時~午後2時	
	8日(水) 22日(水)	13日(水) 27日(水)
	午後1時~3時	

☑認知症の方や家族同士の交流の場☑お茶代など各会場による☑事前に電話で各連絡先

### 生き生き元気のつどい

元気高齢課・☎2135

会場	時間	4月	5月
織姫公民館	午前10時 ~11時30分	21日(火)	19日(火)
助戸公民館		15日(水)	20日(水)
三重公民館		14日(火)	12日(火)
山辺公民館		16日(木)	21日(木)
北幸楽荘		20日(月)	18日(月)
富田公民館		10日(金)	8日(金)
山前公民館	午後2時 ~3時30分	10日(金)	8日(金)
毛野体育館		9日(木)	14日(木)
東幸楽荘		2日(木)	7日(木)
西幸楽荘		8日(水)	13日(水)
南幸楽荘		22日(水)	27日(水)
北郷公民館		9日(木)	14日(木)

☑認知症予防や介護予防のための軽い体操、脳のトレーニング、講話など☑おおむね65歳以上の方☑事前に電話で同課



歩いて次世代を支援  
+ 自分にごほうび

## あし 足すと

健康増進課・☎24512

歩数に応じて  
オイラが変身!



参加するには?

まずは、『FUN+WALKアプリ』  
をダウンロード



Androidの方



iPhoneの方

対象 本市在住または通勤・通学している18歳以上の方  
※本アプリは無料で使用でき、途中の課金もありません。

どうやって使うの?

1 『FUN+WALK』アプリをダウンロード

2 スマホを携帯して歩こう! 1,000歩で  
1ポイント

3 50ポイント(50,000歩)で  
アプリ内の『足すとクーポン』をゲット!

- 月が変わるとポイントが消滅。ためたポイントは月末にはアプリ内のクーポンに交換しておこう!

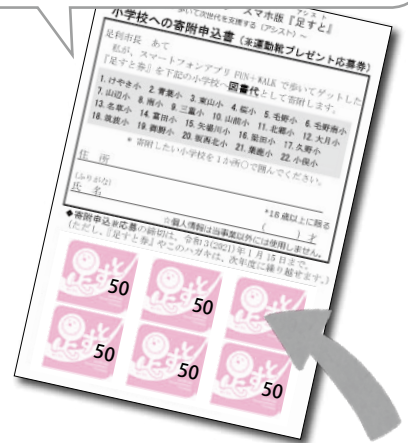
4 市内セブンイレブンでクーポンを提示し、  
『足すと券シール』と  
ホットコーヒー(レギュラー)1杯をゲット!

- 足すと券1枚=寄附50円分  
※コーヒーの引き換えは、1回の来店でのみ。  
※実施店は、店頭『足すとマーク』が目印です。



5 専用はがきに『足すと券』を貼り、  
小学校への寄附を申し込む

- はがき1枚で@50円×6枚まで寄附ができます。
- はがきは回収ボックスに投函または郵送。回収ボックスは各公民館など公共施設34カ所にあります。



さらに!

『足すと券』6枚を添付し応募した方の中から抽選でアキレス協賛の運動靴が当たるチャンスが!



詳しくは…市ホームページをご覧ください



寄附された図書には『足すと』シールが貼られ、歩いて健康になる地域の輪を広げます。

『足すと』に協賛いただける企業、店舗を募集中!

※詳しくは、同課にお問い合わせください。

Pick Up!

お知らせ

税

福祉

募集

子育て

健康

働く

講座・教室

イベント

施設

相談