

ふじみん元気・健康ポイント【ふじみ野市 元気・健康マイレージ事業】 ～マイレージ通信～

発行：令和5年12月



ふじみ野市けんこう大使
「ふじみん」

ウォーキングラリー終了！

「イタリア編」結果発表

9月1日から11月30日までの91日間、ウォーキングラリー・イタリア編が開催されました。

美しい街並みで有名な「ヴェローナ」からスタートし、ゴールのナポレオンゆかりの地「エルバ島」へ、総距離407.69Kmのイタリア巡りはいかがだったでしょうか。

エントリーされた**1515名**のうち、**359名**の方がゴールされました。その中から上位20名の方をお知らせします。おめでとうございます！結果はタニタヘルスリンク（THL）提供のからだカルテ（インターネットまたはスマホアプリ）からもご覧いただけます。

からだカルテ



順位	ニックネーム	性別	年代
1	秋の夢散歩	様 男	60
2	0301450401	様 男	90
3	0301403401	様 男	70
4	ミスターユウ	様 男	60
5	0301598434	様 男	70
6	0301515834	様 男	60
7	0301955990	様 男	70
8	0301761360	様 男	60
9	0301426411	様 女	70
10	ゴンちゃん	様 男	70
11	0301935901	様 男	40
12	ぼん吉	様 女	60
13	0301720792	様 男	70
14	0301668763	様 男	60
15	ヨッシー	様 男	60
16	0301730792	様 女	70
17	0301436990	様 男	50
18	0301543934	様 男	70
19	せいちゃん0301973990	様 男	60
20	MAKOTO	様 男	50

《令和5年度ポイントについて》

① 健康診査受診ポイントの提出は**令和6年2月2日(金)**まで

● 令和5年12月8日付でお送りした、「令和5年度ポイント付与に関する提出書類の確認について」に添付の**ポイント申出書**と**受診を証明できるもののコピー**を提出してください。

● **必要な方みの提出です。**

● 提出期限：**令和6年2月2日(金)**必着

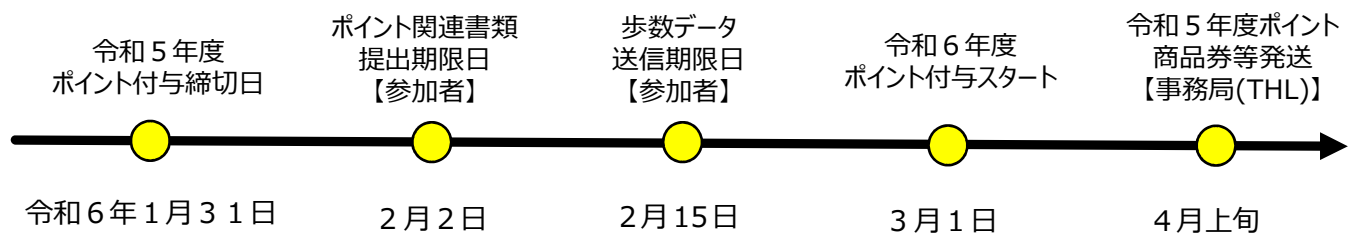
● 提出方法：郵送、またはふじみ野市保健センター「元気・健康マイレージ事務局」窓口まで
※大井総合支所では受け付けておりません。



② 令和6年1月31日までの歩数送信は**令和6年2月15日(木)**まで

令和6年1月31日までの歩数は、**2月に入ってから15日まで**に送信してください。月末にまとめてデータ送信をしている方は、特にご注意ください。2月16日以降、事務局にて皆さんのポイントを集計し、**4月上旬**に商品券等を発送いたします。集計期間中の2月は、歩数ポイントはつきません。

令和6年度のポイントは、**令和6年3月1日**からスタートとなります。来年度も歩いて、測って、ポイントを貯めましょう！



※令和3年度から参加の方は今年度が3年間の事業参加最終年度となります。

詳細につきましては、4月上旬に発送する『ポイント還元』のお知らせと一緒にご案内します。

《乾燥しやすい時期の計測の注意》

次に該当する方は、計測結果が全て印字されないことがあります。

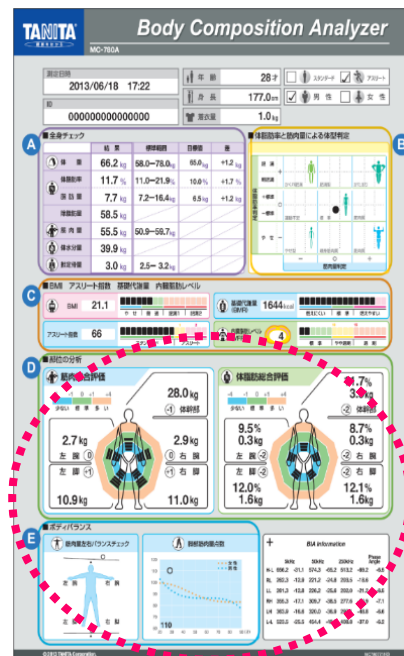
- ・体脂肪率が低い（5%以下）
- ・肌（足の裏、手のひら）が乾燥している
- ・ハンドクリーム等を厚めに塗っている
- ・ストッキング等を着用している（裸足ではない）

体組成計は、からだに微弱な電流を流し、その際の電気の流れやすさ（電気抵抗値）を計測することで「脂肪」や「筋肉」などの体組成を推定しています。そのため、上記の方は電流が流れにくく、計測結果の下半分（右図④⑤）が表示されないことがあります。

足の裏や手のひらを体組成計の足元に置いてあるアルコール綿などで湿らせて、電気の通りをよくしてください。冬場は肌が乾燥しやすくなりますので、結果が表示されなかった場合はぜひお試しください。

湿らせても結果が表示されない場合は、職員までお声かけください。

なお、ポイントについては、結果が印字されなくても付与されます。



ここ！



《リーダーライター設置場所変更》

リーダーライターの設置場所について、下記の変更がありましたのでお知らせいたします。

- ・イオンタウンふじみ野 3 階 イオン薬局横から「中央エスカレーター横」へ移動しました。
- ・西友上福岡店 閉店につき撤去いたしました。

近隣設置場所：市役所本庁舎 1 階受付、市民交流プラザフクトピア 1 階事務室前、ヤオコー上福岡西口店サービスカウンターなどをご利用ください。

《結果発表！ オクトーバー・ランアンドウォーク》

10 月 1 日～31 日まで開催された「コバトン健康マイレージ×オクトーバー・ランアンドウォーク」コラボレーション企画が終了しました。大会事務局より結果が発表されましたので、お知らせします。参加して下さった皆様ありがとうございました。

◎ウォーキング部門（平均歩数）

全国自治体対抗 1 7 6 位 / 2 7 0 市区町村

埼玉県内自治体対抗戦 5 2 位 / 6 8 市区町村

※ラン部門のランキングは参加チーム毎に集計されているため、TATTA アプリ、またはウェブでご自身でご確認ください。



《事前連絡をお願いします》

活動量計の紛失、参加方法の変更などに関する手続きは、保健センター窓口にて対応します。

活動量計・IC カードを故障・紛失した場合は実費負担で購入となります。

持ち物等の案内がありますので、必ず来所前に電話連絡をお願いします。

【問い合わせ】ふじみ野市保健センター「元気・健康マイレージ事業事務局」（ふじみ野市福岡 1-2-5 フクトピア内）

電話 049-293-9189(平日8:30～17:15)