

令和
2年度

3か月間スポーツクラブを
お得に利用しませんか!



生活習慣改善モニター

メタボ予防・改善に向け、
保健師や栄養士と生活習慣を振り返り、
よりよい生活習慣づくりとスポーツクラブでの
3か月間の運動プログラムを実施してみませんか!



A～F期
各期先着3名!
募集!

1 対象

新潟市に住所のある
30～74歳の男女

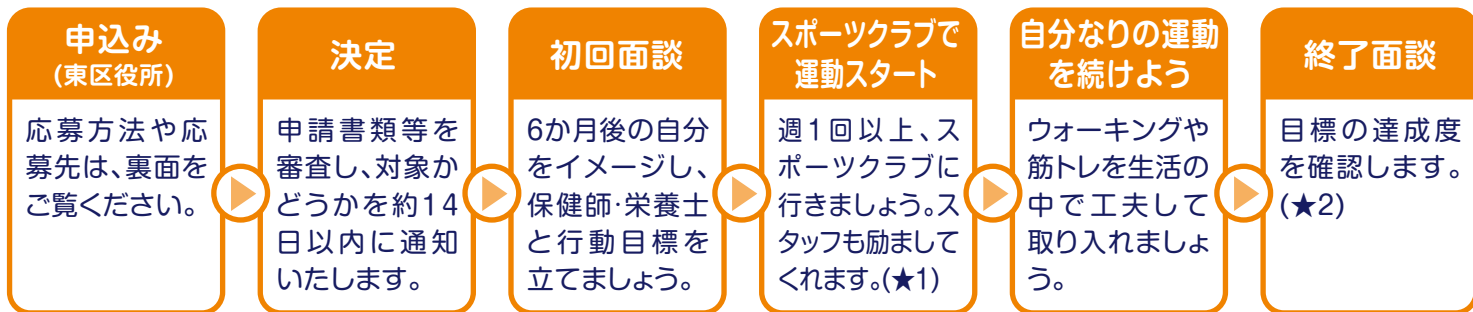
費用は

3か月間で

3,000円!

※その他いくつかの対象要件があります。裏面の「対象となる人」をご覧ください。

2 申し込みからモニター終了まで (終了面談まで、おおよそ6か月)



1年後、2年後の健康診査結果等のご提供をお願いします。(★3)

★1 運動開始2か月頃、「報告書」の記入をお願いいたします。(近況をお知らせください)

★2 モニターへの支援期間が終了します。(修了証書をお渡しいたします)

★3 時期が来ましたら、区役所よりご連絡いたします。

3 スポーツクラブ利用期間と施設 (裏面に地図あり)

※期間中、一般会員として施設利用可

期	施設利用期間	募集開始日	施設名	運動プログラム
A	8月～10月	7月8日(水)	アクシーひがし	プールで水中運動など
B	9月～11月	7月8日(水)	アクシーユタカ	フィットネス・トレーニング
C	10月～12月	8月5日(水)	JOYFIT新潟東区役所	「100日チャレンジ」トレーニング
D	11月～1月	9月9日(水)	アクシーひがし	プールで水中運動など
E	12月～2月	10月7日(水)	アクシーユタカ	フィットネス・トレーニング
F	令和3年1月～3月	11月4日(水)	JOYFIT新潟東区役所	「100日チャレンジ」トレーニング