

対象となる人 ※以下の要件をすべて満たす人

- ・新潟市に住所のある30～74歳の男女
- ・申込日から過去6か月以内に特定健康診査や職場健診・人間ドック等を受診している人
- ・腹囲が「男性85cm」、「女性90cm」以上又は、※BMIが「25以上」の人

※BMIとは…おもに肥満の判定に用いられる国際的標準指標(Body Mass Index)
計算式=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

- ・3か月間の運動プログラムを週1回以上実施できる人
- ・医師から運動制限されていない人(持病によっては利用を見合わせて頂く場合があります。)
- ・取り組みや成果を区だより等に掲載することを了解いただける人(匿名可)
- ・令和3年度および令和4年度の健診結果を提供できる人

対象とならない人

- ・すでに、スポーツ施設やスポーツクラブに入会し取り組んでいる人
- ・過去に当事業のモニターとして実施したことがある人
- ・利用を希望するスポーツクラブに、過去に会員だった人



4 費用

3,000円だけ!

(3か月の施設利用費)

※3か月を満たさず、やむを得ず中断した場合、返金はできませんのでご了承ください。

5 応募方法 (募集開始日から郵送または持参により応募先へ提出してください)

提出書類

- ①生活習慣改善モニター応募申請書
- ②申込日から過去6か月以内に受診した「特定健康診査」又は「職場等の健康診断結果」の写し

QRコードから
応募申請書を
ダウンロード可能です。



応募先

〒950-8709新潟市東区下木戸1-4-1
東区役所 健康福祉課 健康増進係(24番窓口)

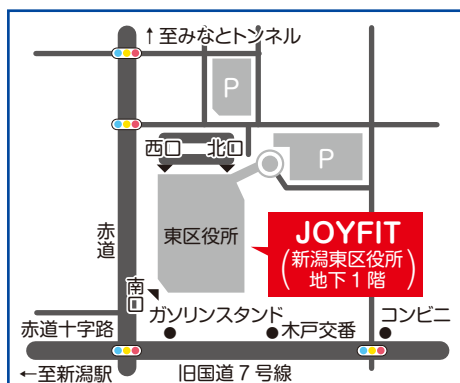
お問い合わせ先

応募先と同じ ☎025-250-2350

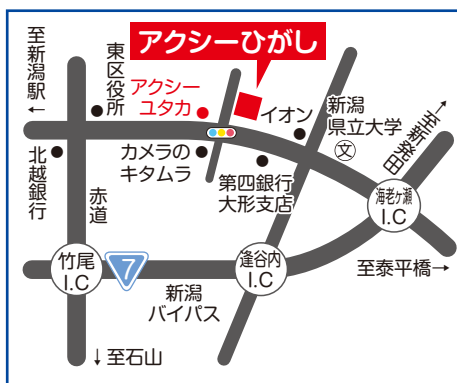
申込み
待ってるよ



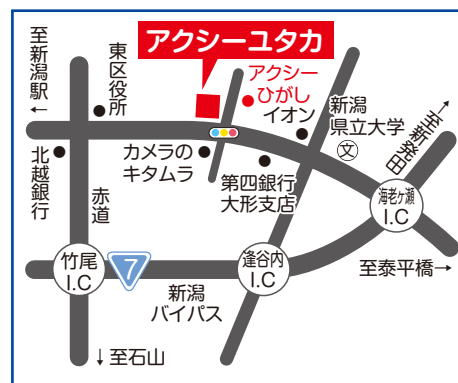
6 運動施設のご案内



JOYFIT新潟東区役所
東区下木戸1-4-1
☎025-271-3711



アクシーひがし
東区豊1-10-49
☎025-274-1223



アクシーユタカ
東区豊1-1-20
☎025-278-9900