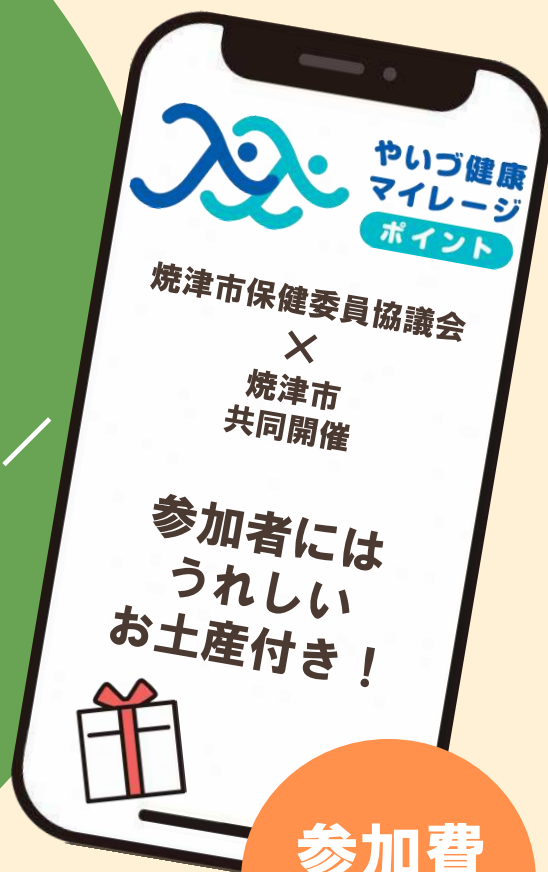


暮らしで使える

スマホ活用 健康講座

＼健康アプリでポイントを貯めよう／



参加費
無料

こんな方におすすめ

- ・健康長寿の秘訣を知りたい！
- ・ポイ活をしてお得に暮らしたい！
- ・健康アプリ「カロママ プラス」を活用して健康になりたい！

3人まで一緒に
申込みできるよ☆
気になる日程は
裏面を見てね☆



＼こんなことが学べます！／

- ☑ 健康ミニ講座 認知症予防に効果がある！？野菜の働きについて
- ☑ 健康アプリ「カロママ プラス」の使い方を詳しくご紹介
- ☑ 「やいづ健康マイレージ」アプリ版のご紹介

参加お申込み・お問い合わせはこちら

QRコードから または お電話でお申込みできます。

カメラ機能を開いて
こちらをかざして
読み込んでください
→→



焼津市健康づくり課
(保健委員協議会事務局)

☎054-627-4111

受付時間：8：30～17：00（土日祝除く）



健康アプリ「カロママ プラス」って？
 パーソナルAIコーチが、食事・運動・睡眠等の
 面からあなたの健康をサポート！
 「やいづ健康マイレージ」のデジタル版も
 アプリ内で実施できるようになりました！

アプリの詳細・
 ダウンロードは
 こちらから→



開催日時・施設



お近くの会場、又はご都合の良い日程でご参加ください。

施設	会議室	日にち	曜日	時間
焼津地域交流センター	研修室	11月13日	木	19：00～20：00
		11月15日	土	10：00～11：00
港地域交流センター	研修室	11月20日	木	19：00～20：00
小川地域交流センター	会議室 1	11月27日	木	19：00～20：00
		11月28日	金	19：00～20：00
和田地域交流センター	会議室 2	12月4日	木	19：00～20：00
大村地域交流センター	会議室 4	12月12日	金	19：00～20：00
東益津地域交流センター	会議室 3	12月19日	金	19：00～20：00
大井川地域交流センター	会議室	R8.1月17日	土	13：30～14：30
大富地域交流センター	第3会議室	R8.1月23日	金	19：00～20：00
豊田地域交流センター	会議室B	R8.1月29日	木	19：00～20：00
		R8.1月31日	土	10：00～11：00



定員
 各回15名