

令和2年2月吉日

メンバー各位

一般社団法人長岡青年会議所

理事長 今泉知久

常任理事 五十嵐佑一

より良く長く委員会 委員長 荒木法子

### より良く長く委員会

## メタボ回避100日チャレンジ!!あるコーレ、自分のからだしローレ ご参加のお願い

余寒の候 余寒の候、メンバーの皆様におかれましては益々ご健勝こと慶び申し上げます。

今、高齢者の割合は毎年上昇しており、それが社会保障費の増大に繋がっています。長岡市において健康促進に関するさまざまな政策を行っているにも関わらず、その効果検証ができていません。また、青年・壮年の人々の多くは、自分自身の健康に意識が低く、健康維持が習慣化できていない現状があります。今後、費用対効果を高めるためにも社会実験を行い、確実な健康推進政策につなげる必要があります。

このたび、より良く長く委員会では健康づくりを目的とした社会実験を行います。メンバーの皆さまにおかれましては誠に恐縮ではございますが、ご参加席賜りますようお願い申し上げます。

敬具

#### 記

1. 開催日時：令和2年4月21日（火）～令和2年7月29日（水）
2. 参加費：3,000円（税込）

※ 毎日活動量計を持ち歩き、1日8000歩を目標に歩いていただきます。

※ 2週間に1回、活動量計内のデータを送信してもらいます。

※ 5月、6月、7月に行います健康づくりのイベントにご参加ください。

※ 準備の都合上、出欠のご返事を4月10日（火）までをお願い申し上げます。

返信先： yoriyoku20@nagaoka-jc.or.jp

※ご不明な点はより良く長く委員会

運営幹事 白井 忍（090-8001-7871）

担当チーフ 峠 和広（090-5209-5215） までお問い合わせください。

以上

-----これより上を削除の上ご返信下さい-----

より良く長く委員会行き

令和2年4月21日（火）～7月29日（水）一般社団法人長岡青年会議所

メタボ回避100日チャレンジ!!あるコーレ、自分のからだしローレに

参加する ・ 参加しない（どちらかを削除の上ご返信下さい）

会員 No.      お名前 \_\_\_\_\_.