

1歩から始める

健康への  
チャレンジ!

大府市  
健康プログラム  
2025  
参加募集

18歳以上から参加OK

参加募集期間

8/4(月)～9/19(金)  
9:00～申し込みスタート

大府市健康プログラムは、2～10人1組のチームで参加するウォーキングプログラムです。「からだカルテ」(専用アプリ)では、個人やチームの歩数なども確認できるので、互いに励まし合いながら、楽しく参加できます。健康プログラムへの参加を通して、楽しくウォーキングをして運動習慣を身に付けていきましょう。

らくらく参加



参加するために必要なアイテムはタニタのFeliCa搭載活動量計「AM-150」、スマートフォン、スマートウォッチのいずれかです。使用機器およびアプリに関する詳細は市ウェブサイトを確認してください。

キックオフ説明会

令和7年10月8日(水)  
午前10時～午後7時30分

カラダ測定・相談会

令和8年1月28日(水)  
午前10時～午後7時30分

※いずれも所要時間15分程度

プログラム中に行うこと

- ①活動量計やスマートフォン、スマートウォッチを持って生活
- ②データ送信(7日に1回程度)
- ③健康ポータルサイト「からだカルテ」で活動状況をチェック

チーム対抗  
歩数イベント  
実施期間

11/1(土)～12/31(水)  
1/1(木)～1/31(土)

参加条件

- 市内在住・在勤・在学の18歳以上の方(高校生は除く)
- 2～10人1組のチームで参加

利用料金

1,000円/人  
※活動量計を購入する場合は別途費用が必要となります

参加費の支払

10月8日(水)のキックオフ説明会で、チーム分まとめてお支払いください。(現金のみ)

今年は  
2回!

大府市役所健康未来政策課

☎ 0562-85-3232

✉ k-mirai@city.obu.lg.jp

詳しくはこちら →

