



第2弾

9月1日(金)より開始

けんこうマイレージ

境町に住んでいる
18歳以上の方

目標を設定し、日々健康づくりに取り組むことで「境町健康マイル」が貯まります。貯まったマイルは数に応じて選べる賞品と交換できます！健康増進や生活習慣予防、メタボ対策にぜひご参加ください！

登録者全員もらえる
「マルチビタミン」
20日分

参加特典

※登録から約2週間後に届きます

ステップ1

申込みをして目標設定！



バランスのよい食事をとる

週3回ウォーキングをする



健康診断や、町主催イベントへ参加！

ステップ2

活動を記録してマイルを貯める

健康づくりに取り組んでマイルをためよう



ステップ3

貯めたマイルを商品と交換！

健康食品や身だしなみアイテムなど様々な賞品をご用意！



申込方法



下記ウェブサイト
にアクセス

必要事項を
記入し、
情報を登録

登録完了
メールが届く

境町健康
マイレージ
スタート

<http://kenkou-mileage.dhc.co.jp/sakai> ※電話や窓口での申込みはできません
上記URLかQRコードにパソコン・スマートフォン・タブレットから申込み

voice



株式会社DHC
研究顧問 医学博士
浦原 聖可 氏

DHCのノウハウを境町の健康づくりへ

健康寿命の延伸には食事や運動などのライフスタイルの見直しが必要で、それらに加えて健康補助食品サプリメントを適正にとり入れて、健康寿命の延伸に役立てていくための情報を構築していきたいです。葉酸サプリメントプロジェクトや、けんこうマイレージなど、境町の健康づくりや地域づくり活性化に少しでもサポートできる事をうれしく思います。今後の展開を非常に楽しみにしています。

「葉酸サプリ」と「けんこうマイレージ」
健康づくりに組み合わせて！



問合せ先 境町子ども未来課健康推進室(保健センター) ☎ 0280-87-8000

第1弾

9月1日(金)より募集開始

境町×DHCコラボ事業

葉酸サプリメントプロジェクト

1年間無料

あなたの健康づくりを
全力サポート！

先着
1,000名

境町に住んでいる
65歳以上の方

脳卒中・認知症の予防効果が期待され、注目を浴びている成分が「葉酸」です。境町は「葉酸サプリメントプロジェクト」で、町民の皆様の健康長寿を全力でサポート。1年間無料で葉酸サプリメントを飲んで脳卒中・認知症を予防しましょう！



葉酸は、ビタミンの一種で、動脈硬化の原因となる「ホモシステイン」を減少させ、脳卒中・認知症を防ぎます。食事で補給するより、サプリでの補給がはるかに高い利用効率です！

なんと！脳卒中リスク **10%減** 認知症リスク **53%減**

ステップ1

参加申込み

保健センターへ申込み

9/1以降保健センターへお電話ください。受付後、サプリの受け取り方法やセミナーについてご案内します。



ステップ2

葉酸サプリを受け取る

中央公民館で配布

9/1～9/25までの電話申込者を取りまとめの上、9/26の午前中(9:00～12:00)に中央公民館にて配布します。

※9/26のセミナー参加者は、セミナー終了後に配布します。



ステップ3

葉酸サプリを飲む

1日1粒、毎日飲む

「葉酸サプリメント手帳」をよく読み、毎日飲用記録をつけましょう。

ステップ4

アンケートに回答

中間、最終アンケート

6カ月後の中間アンケートと1年後の最終アンケートの計2回回答してください。

申込
受付

境町子ども未来課健康推進室(保健センター)
☎ 0280-87-8000 [受付時間 8:30～17:15(土日祝を除く)]

脳卒中
認知症予防

「葉酸セミナー」開催のご案内

無料

葉酸の素晴らしい働きや、効率的な摂り方など、DHCの講師が詳しく解説。脳卒中・認知症を防ぐ生活の知恵もご紹介します。

日時 9月26日(火) 13:30～(13:00受付開始)

会場 境町中央公民館

定員 350名

予約不要。当日会場までお越しください。

セミナー参加者には、
セミナー終了後に
葉酸サプリの配布
を行います

