

2024年度みやま市国保 参加者募集！ ヘルスセミナーのご案内

ゲーム感覚で楽しく体を動かしながら、様々な運動能力が試せる運動装置を体験してもらい、
昼食は必要な栄養素・カロリーに基づいた健康バイキングを味わうバスツアーです。

2024(令和6)年

みやま市健康ポイント事業対象！

10月3日(木)・17日(木)



研修先

阿蘇ファームランド

- ・健康パビリオン
- ・元気チャレンジ館
- ・大阿蘇レストラン

参加要件

みやま市国民健康保険に
加入している人

(申し込み時点で 20歳から74歳までの方)

・参加費 1,500円(税込)

タイムスケジュール

■定員■ 各日40人(先着順)

裏面へ！！

※10/3(木)と10/17(木)で集合場所が違います！

■申込受付期間■

2024年8月8日(木)～8月30日(金)※定員に達し次第締切となります

申込方法

申込書をご記入の上、“国民健康保険証”と“参加費1,500円”を添えてお申込みください
(提出先:みやま市役所本庁国保年金係、山川・高田支所市民サービス係)

【お問い合わせ】みやま市役所 健康づくり課 国保年金係 TEL:0944-64-1529

キリトリせん

2024年度ヘルスセミナー申込書

申込日: 月 日

住 所	みやま市	保険証 記号番号	
氏 名	(男・女)(年齢: 才)	靴のサイズ	cm
電話番号 (日中連絡がとれる番号)		※レンタル(無料)できます マイシューズ持参もOK	
希望日	10月3日・10月17日 いずれか お選びください	係員 記入欄	受 付 日 受 付 庁 舎
乗車希望	MIYAMAX・まいピア高田・山川支所 いずれか お選びください		瀬・山・高()

2024年度

運動と食の教育研修（ヘルスセミナー）行程表(予定)

※10/3と10/17で集合場所が違います！

実施日	行程
2024年 10月3日 (木)	8:30出発 <u>総合市民 センター MIYAMAX</u> ⇒ 8:50 山川支所 ⇒ 9:40～9:50 水辺プラザかもと (トイレ休憩のみ) ⇒ 10:50～15:00 阿蘇ファームランド ⇒ (体験・昼食) ⇒ 15:50～16:10 七城メロンドーム (休憩) ⇒ 17:00 山川支所 ⇒ 17:20 <u>総合市民 センター MIYAMAX</u>

実施日	行程
2024年 10月17日 (木)	8:30出発 <u>まいピア高田</u> ⇒ 8:50 山川支所 ⇒ 9:40～9:50 水辺プラザかもと (トイレ休憩のみ) ⇒ 10:50～15:00 阿蘇ファームランド ⇒ (体験・昼食) ⇒ 15:50～16:10 七城メロンドーム (休憩) ⇒ 17:00 山川支所 ⇒ 17:20 <u>まいピア高田</u>

※施設状況・交通状況により時間等が変更になる場合があります。