

令和5年度 区民と働く世代の健康づくり支援における事業連携について

区が実施する健康につながる事業をアプリ上で連携させ、その参加や利用に対して、ポイントを付与し、健康づくりの行動を促進するもの。

1. 主な連携事業

(1) 各種健診等の受診

(2) スポーツ教室の参加

レクリエーションボッチャ一般開放、のびのびユニスポ広場
スポーツクライミング教室（初級・中級・上級）、ランニング・ウォーキング教室、カヌー1日体験教室、私学事業団地域活用事業（ジュニア・社会人硬式テニス）、高齢者はつらつ健康体操教室

(3) スポーツイベントの参加

体力テスト（奥戸、水元）、区民ダーツ大会、レクリエーションスポーツ体験会、かつしかスポーツフェスティバル、こやのエンジョイくらぶスポーツフェスタ、オール水元スポーツクラブふれあいフェスタ、区民グランド・ゴルフ大会、紅葉ウォーキング、キャプテン翼 CUP かつしか2024、バウンドテニス交流大会、東京都フロアホッケー競技大会

(4) 総合スポーツセンタートレーニングルーム、プールの利用

(5) 生きがい支援講座の受講

ダンス&ストレッチ、優しいヨガ、スタイリッシュダンス、からだ見直し塾、ラ・ラ・ラ・ダンス！

(6) 介護予防事業の利用

筋力向上トレーニング、こころと姿勢を整える座禅・瞑想、スポーツボイスフィットネス、まちかどエクササイズ、シニア版ポニースクール、コグニサイズ、健美操、脳活ミュージック、うんどう教室、プラチナフィットネス

(7) その他

かつしかの元気食堂での指定メニューの喫食、健康大学、はつらつ体操研修会の参加

2. ポイントについて

(1) ポイント数・・・20 から 100 ポイントを事業ごとに設定

(2) ポイント付与・・・二次元コードの読み取り、または、健診受診日の入力により、アプリ内でポイントを付与