

第11回
体重測定100日
がまこおり100days Challenge
チャレンジ



GOAL!



100日間がんばった皆様のために
今年もゴールイベントを開催します!

ゴールイベント!

【日時】 令和7年2月24日(月・祝)

13時30分~15時30分(開場 12時30分~)

【場所】 蒲郡市民会館 中ホール

【プログラム】

- | | |
|--------|--|
| 12:30~ | 開場
・受付(記録の提出、 賞品交換券 ・ 抽選券配布)
・ 健康体験コーナー (~13:25) |
| 13:30~ | 開演
・蒲郡市長あいさつ |
| 13:35~ | ・ 第20回蒲郡いきいき市民健康づくり講演会 |
| 14:45~ | ・100日達成ラッキー 抽選会 |
| 15:20~ | 閉演
・参加賞・達成賞の 賞品交換 |

**抽選券配布は
13:30まで!**
※抽選会に参加の方は
必ず時間内に受付を
済ませてください

抽選会・賞品交換
については裏面へ →

健康体験コーナー(12:30~13:25)

- ☆糖化度測定
- ☆血管年齢測定
- ☆握力測定
- ☆ベジチェック
- ☆骨密度測定



※体験できる人数には限りがあります
※一部整理券が必要な場合があります
(整理券配布12:30~)

協賛：株式会社ヤクルト東海、日本生命保険相互会社 愛知東支社 蒲郡営業部、
明治安田生命保険相互会社 蒲郡営業所(五十音順)

第20回蒲郡いきいき市民健康づくり講演会

「生涯歩ける足でいるために
~赤ちゃんからお年寄りまで~」

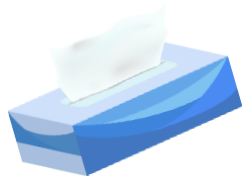
【講師】 塩之谷整形外科 院長 塩之谷 香 先生

いくつになっても元気に歩き続けることができるよう、足と靴の意外な関係や、健康な足を守るための具体的な方法などが学べます!



賞品交換・抽選会について

提出いただいた体重記録に応じて、参加賞・達成賞をお渡しします。
提出方法は別紙「記録の提出と賞品交換の方法について」をご確認ください。



参加賞：ボックスティッシュ1箱

30日以上体重記録がある方

達成賞：えびせんべい1袋

100日間毎日体重記録がある方



※エコバッグなど賞品を入れる袋のご用意をお願いします!



100日達成ラッキー抽選会

参加条件：体重測定100日達成 + ゴールイベント参加

特賞	がまごおり撰魚セット がまごおり撰魚とは、蒲郡市で水揚げされた魚種の中でも特に優れた成分をもつことが認められたものです。ふるさと納税の返礼品にもなっている蒲郡名物の詰め合わせです。	1名様
金賞	三河木綿バスタオル 3重ガーゼの程よいボリューム感のふんわりバスタオルです。やさしい肌触りで通気性が高く、日常使いしやすいです。	3名様
銀賞	ごま油セサミセット 100%国内製造のごま油を使用した、3種類の詰め合わせセットです。和食、洋食、中華まで幅広い料理にお使いいただけます。	4名様
銅賞	竹島水族館オリジナル商品詰め合わせ 「竹島水族館でしか入手できない」限定オリジナル商品のセットです。パッケージもインパクト大です!	5名様
ご当地賞	みかんの雫 蒲郡産みかん100%を使用し、爽やかな酸味を活かした美味しいゼリーです。果実そのものの濃厚な味をお楽しみいただけます。	10名様

さらに! 「まいかカード」をプレゼント

条件：100日チャレンジ達成賞で、今年度健診を受けている方
or 健康マイレージを100ポイント以上貯めた方 (WEB版)
※粗品 (蒲郡市指定ごみ袋など) を追加プレゼント!



<まいかカードとは?>

健康づくりの取り組みを实践され、ポイントを貯めた方に送られるカードです。
協力店でカードを見せると、割引やポイント等のサービスを受けられます。

お問合先：蒲郡市健康推進課(保健センター) 〒443-0036 蒲郡市浜町4番地
電話：0533-67-1151 FAX：0533-67-9101 Eメール：hoken@city.gamagori.lg.jp