

Part16 『みなみあそ減塩応援プロジェクト』

楽しく歩いて、おトクに健康に！

熊本健康アプリ「もっと健康！げんき！アップくまもと」は歩く・健診を受けるなど日々の健康づくり活動をおこなうことでポイントが付与され、ポイントが貯まると協力店などで特典を受けることができるアプリです。

①健診受診や献血などでもポイント獲得！

村の集団健診や個別健診でもポイントを得ることができます！

②貯まったポイントをお得に活用！

一定ポイントを獲得すると「げんき！アップカード」を獲得。豪華賞品に応募できます！

③みんなで歩いてポイント獲得！

グループ機能を活用し、職場でグループを作って対抗戦に参加！



※写真はイメージです

第5回 2021スマートミール認証記念

集団健診受診時に、『熊本健康アプリ』画面を提示すると、減塩弁当(スマートミール認証のお弁当) 無料券がもらえるキャンペーンも実施！
※スマートミールとは…健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた食事のこと。



※お弁当提供：ふむら

詳しくは
ホームページをチェック

もっと健康！げんき！アップくまもと 検索



熊本健康アプリの無料ダウンロードはこちらから！ ※通信費除く

iPhone



Android

※事前にGoogle Fitをインストールしてください



〈問い合わせ〉健康推進課 保健係 TEL0967 (67) 2704

みなみあそ観光局便り

新たに「チェキ」と「モルック」のレンタルを開始しました！

あそ望の郷くぎの内にある「アクティビティセンター南阿蘇」でおこなっているレンタルサービスに新たに「チェキ」と「モルック」が加わりました。

「チェキ」は、撮ったその場でプリントできる、インスタントカメラ。ファインダーを覗いてシャッターボタンを押すだけで、その場でカード型のフィルムにプリントされます。スマートフォンやデジタルカメラと違い、撮影したものを簡単に消したり撮り直したりできません。

その分、ここぞ！の瞬間を見つけてシャッターを切り、どんな写真が出てくるか出力されるまでわからないワクワク感を味わえるのも、アナログならではの楽しみの一つ。ゆったりした時間が流れ、どこか懐かしい空気を感じさせる南阿蘇。その旅のお供にぴったりだと思い、今回導入しました！

「モルック」は、スキットルと呼ばれる1～12までの数字の書いてある木のピンと、ピンを倒す棒(この棒の名前をモルックといいます)でプレイする、ボウリングに似たスポーツです。最近テレビでも話題のモルック。フィンランド発祥で、初めての人にも分かりやすい簡単なルールと、老若男女問わず気軽に楽しめるのが特徴です。日頃運動する機会のない人も、少し体を動かすのにピッタリ！ぜひ一度レンタルサービスを利用して芝生広場で遊んでみてください。



〈問い合わせ〉(一社) みなみあそ観光局 TEL0967 (67) 2222