



しまね★ 健康づくり チャレンジ月間 2024.9.1日▶9.30日

始めよう!
プラスワン
+1の
健康づくり



参加
無料

- チャレンジ月間【応募時点】**
特設サイトから参加枠・チャレンジ内容を申請
チャレンジ応募は1分で応募完了!

個人 家族 職場
- チャレンジ月間【期間中】**
取り組んだ内容を各自で記録
事務局から定期的にメールが届きます!
- チャレンジ月間【終了後】**
事務局から送られるメールを確認
- チャレンジ月間【応募】**
専用フォームから取り組み結果を報告
報告すると、プレゼント抽選の対象となります!

チャレンジを達成したら
カレンダーにチェックを
しよう!色をぬったり、
シールを貼ってもOK!
楽しく健康チャレンジを
続けてプレゼントに応募
しよう!

特設サイトはこちら!
応募方法をcheck!



豪華プレゼントが当たる!

Nintendo Switch (有機ELモデル) 1名様
ネオンブルー・ネオンレッド
+ SwitchSports
Nintendo Switchのロゴ・Nintendo Switchは任天堂の商標です。

スマートウォッチ 2名様
Fitbit [Fitbit Sense 2]

選べる! 筋トレ初心者セット.....3名様
5,000円相当の商品をお選びいただけます

Wチャンス!!
全ての応募者の方を対象に抽選!

選べる! 島根のこだわりごちそうセット...4名様
5,000円相当の商品をお選びいただけます

ご自身の健康習慣に!
デジタルギフト1,000円分!

島根のこだわり新鮮野菜セット...10名様



9

September

Let's Challenge!!

プラスワン
+1の健康づくり
チャレンジ内容

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

チャレンジ月間に参加して
プレゼントに応募しよう!

