



しまね★ 健康づくり チャレンジ月間 2024.9.1@▶9.30@



始めよう!
プラスワン
+1の健康づくり

**参加
無料**

いつまでも家族が健康でいられるように みんなで健康づくりに チャレンジしよう!
いっしょにチャレンジする家族に 健康を願って お手紙をかこう!



^

より

1 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

2 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!

3 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

4 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!

**ゲーム機や特産品など
豪華プレゼントが当たる!** **1**名様

Nintendo Switch (有機ELモデル)
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

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

島根のこだわり新鮮野菜セット...10名様

Wチャンス!!
全ての応募者の方を対象に抽選!! **30**名様

**ご自身の健康習慣に!
デジタルギフト1,000円分!**



9
September

Let's Challenge!!

プラスワン
**+1の健康づくり
チャレンジ内容**

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
こちらをcheck!



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!

