

天城町国民健康保険の皆様へ

伊仙町ほーらい館 **月額利用料半額助成** を行います

期間：2009.9月～2010.3月

ほーらい館を利用してダイエットをしたい方

現在ほーらい館を利用して健康づくりに励まれている方(74歳まで)

助成は、県からの補助金でまかなわれています。助成を受ける方は、下記をしっかりとお読みください。

天城町特定健康診断を受診

* 未受診の方は保健福祉センターへご連絡ください

体重測定

* 利用前・利用後の体重変化を観察します

ほーらい館にて体力測定・運動メニューの作成

* 自身にあった運動メニューを無料で作成してくれます

週2回以上の利用

* 健康づくり・ダイエットは週2回以上の運動が効果的です

ほーらい館登録料(2,000円)は助成対象外となります

詳しくは・・・

天城町保健福祉センター

電話：85-4100

担当(峰岡・豊)