



健康と
オリジナルグッズ・
豪華賞品抽選券を
手に入れよう!!

2019年度牛久市

健康チャレンジ

参加者大募集!

対象 3歳以上の市民 **申込期間** 5月20日(月)～10月31日(木)

健康チャレンジは、健康づくりに欠かせない生活習慣である「運動」「食育」「地域のつながり」「忘れないでね健診」の4つのテーマを健康づくりの手段として取り組む生活習慣プログラムです。チャレンジに参加して、健康＝健幸を目指しましょう♪

① 早期申込特典♪

市保健センター窓口で直接お申し込みされた
先着200人に万歩計をプレゼント!



② ポイントに応じて プレゼント

4ポイントごとにUSHIKU野菜オーケストラ缶バッチまたはキ
ッチングッズをプレゼント♪20・40・60ポイントでは牛久市オリ
ジナルグッズやとくとく市抽選会参加券をプレゼント!

③ 豪華賞品抽選会 に応募できる!

★60ポイント達成でWチャンス!
昨年度は空気清浄器やスチームオーブンレンジ等
の商品が協賛企業より提供されました!

協賛企業:(公財)茨城県総合健診協会、(株)第一生命



④ 今年はなんと! トリプルチャンス!

4つのテーマをもれなくチャレンジ達成した場合には、
豪華賞品抽選会にもう一口応募できます!

※60ポイント達成時または達成後の継続チャレンジも対象になります

申込方法

- ①市保健センター窓口で申込書を記入
(受付:平日午前8時30分～午後5時15分)
※今年度から本人が来所されなくても代理の方による
申請も可能になりました。(委任状必要)
- ②市ホームページ内の「健康チャレンジ
参加フォーム」に必要事項を入力し送信
※「牛久市」「健康チャレンジ」で検索



チャレンジ期間

令和元年(2019年)5月20日(月)
～令和2年(2020年)3月31日(火)

景品引き換え期間

令和元年(2019年)5月20日(月)
～令和2年(2020年)4月24日(金)

【申し込み・問い合わせ】健康づくり推進課(市保健センター) ☎内線1744・1747