

スリムゲットレース

～チームでやせて、賞金もGET～

体型や血液データが気になってきた 皆さん！
3か月間集中型の健康レースで、健康な体と賞金を手に入れるチャンスです。
家族、友人、職場仲間など、2人1組でお申込みください。

賞金
～1チーム～

1位	40,000円分
2位	20,000円分
3位	10,000円分
4位	8,000円分
5位	6,000円分

6位以下

- ・1,000円分
- ・トレーニングジム無料回数券3回分

※賞金はチューリップ券です。

★ **先着 20 チーム**

★ **対象者: 20～69 歳の曾於市民**

(年齢は、令和6年3月末日の年齢です。)

★ **申込み条件**

① **2人1組**

② 初回講習と最終評価に参加すること(日程は裏面)

③ 令和4年4月1日以降の血液検査結果があること

※中性脂肪・空腹時血糖(随時血糖でも可)は必須！

(市の特定健診や職場健診、通院中の血液検査結果等なんでも OK)

①初回講習

- 体重・腹囲・
血圧測定
- トレーニング講習

②トレーニング

- 自宅で
トレーニング
- 体重・血圧等
の記録
【3か月】

③検査

- 血液検査
～無料～

④最終評価

- 体重・腹囲・血圧測定
- 血液検査結果説明
- 継続トレーニング講習

⑤結果発表

- 各チーム
代表へ連絡

★ 申込み方法

下記の申込用紙を保健課へ提出又は、電話にてお申込みください。

【お問合せ・申込み】

曾於市役所本庁保健課 健康増進係
TEL 0986-76-8806

＜お申込用紙＞

チーム名	氏名	生年月日(年齢)	住所	電話番号(※)
	(代表)	()		
		()		

★★ **申込み締切: 令和5年6月21日(水)まで**

※日中連絡がとれる番号を
ご記入ください。



講習日程（予定）

●初回講習

日にち	曜日	時間	場所
7月8・9日	土・日	午前中	末吉総合体育館

●最終評価

日にち	曜日	時間	場所
10月 14・15日	土・日	午前中	末吉総合体育館



注意事項

- 初回講習、最終評価にチームの一人でも欠席した場合は失格となります。
- チーム全員が同日に講習を受けなくても大丈夫です。各自の都合に合わせてご参加ください。
- 9月に無料の血液検査を実施します。
通院中の方などで、9月に検査がある場合は、病院の血液検査結果でも代用できます。
- 初回講習当日に令和4年4月1日以降の血液検査結果コピーを持参してください。
検査項目は中性脂肪・空腹時血糖(随時血糖でも可)が必要です。
- 体重・腹囲の減少値の多い順にポイントを付与し、血液検査結果・血圧の改善結果でポイントが付与され、合計ポイントで順位を決めます。
- 令和4年度に参加された方は対象外です。

曾於市と大塚製薬は包括連携協定を締結し、市民の皆様への健康増進を推進しています。
スリムゲットレースは、大塚製薬との協定事業として実施します。