

令和2年度第2回大東てくてくウォーカーイベント特別企画

「MY健康づくり」に
チャレンジ★

大東 元気になろう！キャンペーン

期間：8月8日（土）～8月21日（金）

参加者全員に、オリジナルダイトン缶バッジをプレゼント！
抽選で10名に、プレミアム缶バッジが当たる！

応募資格

大東市民（市内在住、在勤含む） 年齢問わず、どなたでもOK！

参加方法

①1日の運動目標を立てる。

例：ウォーキング、ラジオ体操 1日1回、足踏み 50回、
ダンス 5分、なわとび 30回、家事（庭の手入れ、片づけ）等
何でもOK！複数可！

第1回キャンペーン参加者
取り組み公開中☆



②目標を達成できたら記録欄に「○」を記入する。

③以下のいずれかの方法で、8月28日（金）までに地域保健課へ提出する。

友達、家族、職場の仲間と一緒に
健康づくりにチャレンジ



メール

裏面の記録欄が見えるように撮影し、
メールに添付して下記宛先まで送付。
アドレス：kenkoukigai@city.daito.lg.jp



メール
QR
コード

郵送

下記お問い合わせ先の
てくてくウォーカーイベント担当宛

FAX

裏面の記録欄を
072-874-9529 に送信

お問い合わせ 大東市 地域保健課

〒574-0028 大東市幸町 8 番 1 号すこやかセンター（大東市立保健医療福祉センター）3 階
TEL:072-874-9500（平日 9 時～17 時 30 分） Fax:072-874-9529

記録欄

※ 提出締め切り日: 令和2年8月28日(金)

氏 名		年齢	ニックネーム	
住 所	〒		電話	
運 動 目 標				

★運動目標とニックネームを市報等に記載させていただく場合があります。

★必ずニックネームを記入してください。未記入、掲載にふさわしくないネーミングの場合には、こちらで決めさせていただきます。

★缶バッチは、参加者全員に後日送付します。(提出いただいた記録用紙は返却いたしません。)

★運動を実施する際は、感染拡大の防止に努めていただくようお願いいたします。

※換気が悪い空間や人が密に集まるような空間での運動、多数の人が集まったの運動は避けましょう。

※咳エチケットや手洗いなどの実施に努め、体調がすぐれない場合は無理をせず、運動を控えましょう。

「取り組み目標」について、できた日に ○ をつけましょう。

8月8日	8月9日	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日
8月15日	8月16日	8月17日	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日

今回のイベントについて、アンケートにご協力をお願いします。

Q1 このチラシはどこで受け取りましたか？

A.郵送 B.市ホームページ C.大東市立保健医療福祉センター D.駅 E.友人から F.その他()

Q2 イベント参加の決め手は何ですか？(複数可)

A.イベントの内容がおもしろかったから B.家族や友人等に誘われたから C.参加特典があったから
D.健康づくりを始めるきっかけになると思ったから E.その他()

Q3 イベントに参加して、健康づくりを続けようと思いましたか？

A.はい B.いいえ

Q4 今後も同イベントに参加したいと思いますか？

A.はい B.いいえ



Q5 同イベントについての感想をご記入ください。