

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](mailto: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。