



平成 28 年 4 月 7 日

報道機関 各位

国立市役所市長室広報担当

約 5 カ月間で 5% 前後の減量を応援！ 減量できた方には T シャツを贈呈！

ゴー ゴー
「GO! 5! 健康大作戦」参加者を募集します

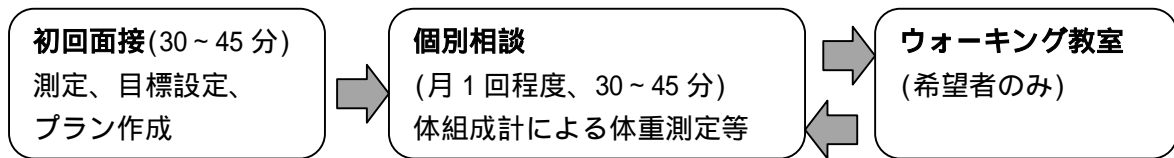
市では、18 歳から 64 歳までの肥満の方を対象に、約 5 カ月間、現在の体重の 5% 前後の減量に取り組んでいただく「GO! 5! 健康大作戦」を実施します。

肥満を早めに解消し、深刻な生活習慣病へ進行しないように、参加者ご自身で目標体重を設定していただき、個別相談やウォーキング教室を利用して、計画に沿って減量に取り組んでいただきます。目標を達成された方には、記念品としてオリジナル T シャツを贈呈します。

市の保健師または管理栄養士が、参加者お一人おひとりと向き合って健康指導をさせていただきます。ぜひ、貴媒体での告知、取材、掲載方よろしくお願いたします。

記

1. 内容



2. 面接 4月23日(土)、5月14日(土)、6月8日(水)
7月以降も実施予定

3. 場所 保健センター(富士見台 3-16-5)

4. 対象 18~64歳で、BMI(体格指数)が25以上(肥満)の
市民の方

$$BMI = (\text{体重})\text{kg} \div (\text{身長})\text{m} \div (\text{身長})\text{m}$$

5. 参加費 無料

6. 申込 電話またはファクスまたはメールで担当係へ
事前にお申し込みください。



記念品のオリジナルTシャツ
(速乾性スポーツ用)

お問い合わせ

国立市健康増進課予防推進係(保健センター内)

(国立市富士見台 3-16-5)

TEL : 042-572-6111

FAX : 042-574-3930

メール : sec_hokencenter@city.kunitachi.tokyo.jp

受付時間 : 平日 午前 8 時 30 分 ~ 午後 5 時