



町では国民健康保険の加入者で、特定健康診査を受け1年間医療機関を受診していない方に、歩数や消費カロリーなどを記録できる「活動量計」と「地域商品券」を記念品として贈呈する事業を始めました。

健康志向をさらに高めてもらい、医療費増大の防止につなげたいと考えています。

活動量計で測定されたデータ「ライフログ」は保健センターに設置した専用機を通じて蓄積されます。体脂肪や内臓脂肪のレベルなども数値で出てきます。この活動量計を使用して、健康維持に取り組み、元気な生活を送られることを願っています。



【活動量計】  
歩数や消費カロリーを測定

問合せ先 保険健康課 ☎0495-77-2113

# 健康長寿



中島正さん、受賞者37名のうちのひとり

発行／神川町 編集／総合政策課  
☎0495-77-2111(代)

FM0495-77-3915

〒367-0292 埼玉県児玉郡神川町大字植竹909番地  
ホームページ http://www.town.kamikawa.saitama.jp

## 絵日記

みんなは一日何歩歩いている？  
5千歩？1万歩？

神じいは雲に乗って移動しているから  
全然歩いていないの

健康維持のため歩くように言ってるのに！

「わしは健康だから大丈夫」だってさ

神じいにはいつまでも元気でいてもらいたいから！

保健センターと海洋センターに「体組成計」が置

いてあるの知ってる？自分の体の状態が数値で確認

できるの！だれでも気軽に測定できるから、定期

的に測定して健康管理に役立ててね！

神じいにも測定するように言わなくちゃ！

体重、体脂肪、脂肪量、  
筋肉量、体水分量、推定  
骨量、BMI、基礎代謝量、  
アスリート指数、内臓脂  
肪レベル  
こんなに測れる!!



神じい計測中

### ☒☒☒で防災情報！

登録方法は

p-skamikawa@town.kamikawa.saitama.jp  
に空メールを送信。

QRコードを読み取り、送信もできます。



### ☒☒☒で広報紙！

いつでも！どこでも！だれとでも！

『広報かみかわ』が読めます！

