

\\ がん予防スタートプロジェクトの一環として、**県内初** //

ライザップ

RIZAPによる健康増進プログラムが始まります

がん予防スタートプロジェクトとは、

「がんから体を守る」を合言葉に、住民一人ひとりが、食生活や運動習慣について見直し、がん予防をスタートさせる南越前町独自の取り組みです。今回は、民間企業（ライザップ RIZAP）とコラボし、生活習慣の改善に向けた皆さまの健康づくりを応援します。

募集要件

下記の①～④**全て**を満たす方

- ① 20 歳～ 64 歳の南越前町民
- ② 今年度、健康診査^(※) もしくは人間ドックを受診している方（加入保険の種別は問いません）
- ③ 健診結果において BMI 25 以上もしくは腹囲が男性 85cm、女性 90cm 以上の方
- ④ 原則、全日程参加可能な方^(※) 右ページの健診、会社で受ける健診、扶養されているご家族の健診など

参加ご希望の方は、6月までに健康診査・人間ドックを受診ください



南越前町 がん予防スタート プロジェクト

×

結果にコミットする。
RIZAP 監修



7月に申込受付開始予定

※ 7月に案内チラシ、参加申込書を全戸配布します。

日 程	第1回	9月7日(土)
	第2回	9月14日(土)
	第3回	9月21日(土)
	第4回	9月28日(土)
	第5回	10月12日(土)
	第6回	10月26日(土)
	第7回	11月9日(土)
	第8回	11月23日(土)

※原則、全日程が参加条件です。

会場：南条保健福祉センター

ライザップ出張型プログラム 特徴

トレーニング	グループレッスン	食事面のサポート
■ RIZAP独自のメソッドで安全、安心、効果的で継続できるトレーニングメニュー 	■ 一緒だから続けられる居場所を仲間と共有 ■ 継続にも効果あり 	■ 専用アプリを用いての安心の食事面での徹底サポート 

■ 問合せ 保健福祉課 ☎ 47-8007