



北山田地区 健康わくわくチャレンジ2025

健康づくりのための目標を立て、毎日取り組んで景品をゲットしよう！

参加の流れ

1 健康づくりに関する目標をチャレンジカード（裏面）に記入する。

健康に関することならなんでもOK！

例) 1日6,000歩以上歩く
ラジオ体操を毎日する …など

2 期間中に目標に取り組めたら、1日1個、裏面の①～⑩までの数字を順番に塗りつぶす。

3 ⑩まで塗りつぶしたら希望する景品に○をつけて、感想を書き、北山田自治会館にチャレンジカードを提出してください。

※景品は1人1つまでです。

※チャレンジカードは1人1枚提出してください。

※景品は2月末頃に健康づくり推進委員または事務局からお渡しします。

参加資格

北山田地区にお住まいの方（年齢制限なし）

取組期間

令和7年12月1日（月）～令和8年2月13日（金）

提出期限

令和8年2月27日（金） 北山田自治会館窓口の回収BOX

チャレンジカードが追加で必要な方は、本紙をコピーしていただきか、北山田自治会館または玖珠町役場子育て健康支援課（7番窓口）に設置しておりますので、ご利用ください。

<お問合せ先>

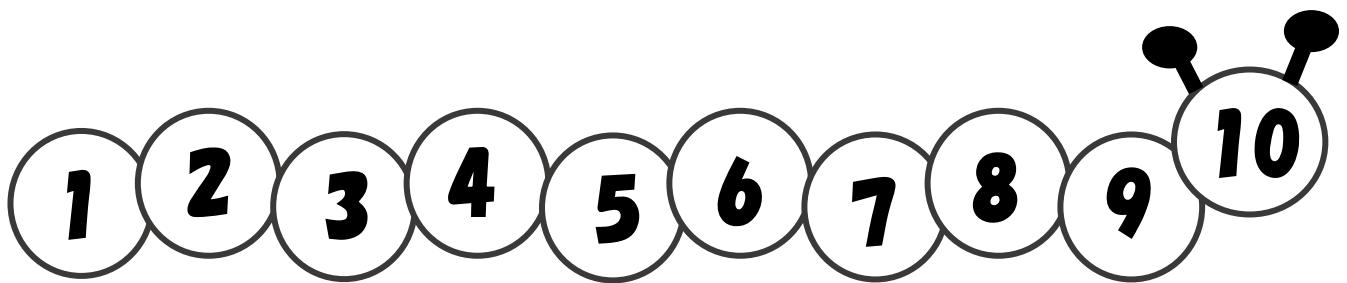
玖珠町子育て健康支援課 健康推進班
☎ 0973-72-2022（後藤）



健康わくわくチャレンジカード

氏名		年齢	歳
電話番号		自治区	

目標



ご希望の景品に○をつけてください。

1. 玖珠町ゴミ袋（大・中）
2. 保冷温バッグ
3. ジップロックコンテナ（3個入り）

感想