

けんこうチャレンジあと47人!

あかるいまち21

No.949号 2016年11月11日 組織部 TEL082-532-1264

	11月累計	4月～10月
組合員ふやし	74人	758人
出資金ふやし	338万円	8,085万円
純増	▲13万円	1,331万円

生協強化月間ひろば ※取り組み情報求む!

◆4日連続2桁加入ならず(>_<)

7日～9日まで続いた2桁加入、10日が5名にとどまり、残念ながら4日連続とはなりませんでした。さあ、仕切り直して頑張って『声掛け』をしていきましょう!

◆けんこうチャレンジ、あと47人!

◆廿日市四季が丘の組合員訪問で「けんこう」の手配りさんが増えました!

◆湯来支部、組合員ふやし年間目標(5名)を達成しました!おめでとー!

けんこうチャレンジで職員の健康づくり行動がアツク! いまも続けてますよ～♪♪

11月10日、出勤時の会話より(けんこうプラザ)

B藤さん「(M丸さんと入口で会い、M丸さんに向かって)あら、歩いて来たん?」

M丸さん「そう、けんこうチャレンジで取り組んで以来、続いているんよ～」

(B藤さんとM丸さんは、エレベーターに乗り込み、続いてタイムカードを打刻していたT中を待って来ていました。)

T中 「私は、けんこうチャレンジで、階段で上がることにしてますんで」

そして・・・T中が3階から4階に階段で上がっていると、B藤さん・M丸さんが4階から階段で降りてこられるのに遭遇する。どうやら、エレベーターが3階を通り過ぎて4階まで行ってしまった模様。

T中 「あらあ、けんこうチャレンジですね～」

みんなで笑・笑・笑

みなさま、このように「けんこうチャレンジ」は、職員同士の朝のなにげない会話にも登場するくらい浸透し、職員のみなさまの健康づくりに役立っているのです!!

「けんこうチャレンジ」のご参加・普及にご協力いただき、大変ありがとうございます。5,000件の県全体目標達成まであと47件となっております!目標をやり遂げましょう!【T中】

健康づくりの輪を広げよう! 健康寿命をのびせよう! (Smart Life Project)

けんこうチャレンジ 2016 challenge

何でも始めてみましょう!

組合員の方へ
修了記念品を
差しあげます!

ご家族や友人、地域の皆さんと一緒に健康増進を目指す取り組みです。11項目のチャレンジコースの中から自由に合ったコースを選択し、大人は9～10月の2ヶ月間、キッズは7～10月のうち30日間の記録をつけていきます。この企画を通じて、生活習慣の見直しと健康づくりの習慣を身につけましょう。

大人 キッズチャレンジ

9月～10月の2ヶ月間 7月～10月のうち30日間

申し込み締切 2016年8月31日 キッズ申し込み締切 2016年11月30日

8つの健康増進ポイント

- 1. 毎日歩く
- 2. 毎日階段を使う
- 3. 毎日野菜を1品食べる
- 4. 毎日果物を1品食べる
- 5. 毎日水を1.5リットル以上飲む
- 6. 毎日10分以上の日光を浴びる
- 7. 毎日10分以上の日光を浴びる
- 8. 毎日10分以上の日光を浴びる

