

# まさき 松前さんちのだんらん

vol.6

Topics まさき健康ポイントをためよう！

三世代の松前さんファミリーのだんらんを通して、  
町政に関する疑問を解決していくコーナー。  
今回は、次郎くん、一郎おじいちゃん、梅子おばあ  
ちゃんの会話をのぞいてみましょう。



子育て・健康課健康増進係 ☎ 985-4118



松前 次郎

ねえおじいちゃん。せっかくいい天気  
なのに今日は出掛けないの？



あら、いいじゃない。参加すると  
「まさき健康ポイント」ももらえる  
のね。

最近あまり出歩いていなかったか  
らか、どうも気が向かなくてなあ。



松前 一郎

「まさき健康ポイント」ってなん  
だい？



松前 梅子

家にいてばかりじゃ体に悪いですよ。  
少し運動してみたらどうですか？



健診を受けたり、町の健康イベント  
に参加したりすると、ポイントがも  
らえるんですよ。100 ポイントため  
ると1,000 円分の商品券と交換で  
きるから、今年は私もチャレンジし  
ようと思っていたんです。

それなら僕と一緒に、広報まさき  
に載っているイベントに申し込んで  
みようよ。ウォーキングで3 カ月間  
の歩数を競うんだって。



そうだったのか。よし、それじゃあ  
私も健康のために挑戦してみよう  
かな。



姉妹都市

北海道まつまえ町 VS 愛媛県まさき町

## ウォーキング 3 カ月累積歩数競争 参加者募集！

▶ 募集期間 5 月 2 日(月)～23 日(月)

▶ 実施期間 6 月 1 日(水)～8 月 31 日(水)

▶ 対象

町内に在住の中学生以上(人数制限なし)

※ 中高生は保護者の同意が必要です。



▶ 歩数競争のルール

【①姉妹都市対決 まつまえ町 VS まさき町】

年齢カテゴリ別に、歩数の多い人から上位  
5～15 人(下表参照)の3 カ月累積歩数を集  
計し、町長の歩数を加えた結果で競います。

| 年齢カテゴリ        | 集計対象人数(上位) |
|---------------|------------|
| 65 歳以上        | 15 人       |
| 40～64 歳       | 10 人       |
| 20～39 歳       | 10 人       |
| 19 歳以下(中学生以上) | 5 人        |

【②個人 総合ランキング】



全参加者で3 カ月の累積歩数を競います。優  
勝者には、5 万円相当のスポーツ(健康)グッ  
ズに加え、まさき町民の場合はまつまえ町の特産  
品1 万円相当をプレゼント。

【③個人 まさきランキング】



まさき町の参加者(②の優勝者を除く)で、①の  
年齢カテゴリ別に3 カ月の歩数を競います。各  
年齢カテゴリで1 位になった人には、4 千円相当  
のまつまえ町特産品をプレゼント。

▶ 参加方法

①参加申込書(役場総合案内、子育て・健康  
課、町ホームページで配布)を、窓口、メー  
ルか郵送で提出。

※ 原則として、全4 回のウォーキング教室  
(5/30、7/1、8/1、8/31)への参加が必要です。

②歩数計やアプリで毎日の歩数を計測し、3  
カ月間記録する。

※ 歩数計の貸し出しあり(先着30 人)。

歩数の集計方法やウォーキング教室の日程  
など詳細は、町ホームページ(右の  
QR コード)を確認を。



▶ 申込先・問い合わせ

〒791-3192 松前町大字筒井 631 番地

子育て・健康課健康増進係

☎ 985-4118

メール 731hoce@town.masaki.ehime.jp