

平成27年度サンサンチャレンジ協賛店一覧

今年は市内71の協賛店が、みなさまのチャレンジを真心いっぱい、お得意っぱいで応援します！



分類	協賛店名	地区	分類	協賛店名	地区	分類	協賛店名	地区	
電気店	★でんきとくらしのサポート店やしろ電化	社	食料品	ボンマルシェ 社店	社	花	フラワー森本(本店)	社	
	富田電気(株)はわ～ずミタ・やしろ	松尾		東条湖園芸 山田			黒谷		
	Pはわ～ず井上	河高		自然派レストラン山椒亭			社		
	(株)セリウ電器 本店	上滝野		PINK HOUSE			藤田		
スポーツ施設	高室池スポーツクラブ	上三草	自動車・ガソリン	エースコック(株)	河高	飲食店	やき鳥 一休	社	
	富士通周辺機(株)	佐保		Aコープ滝野店	上滝野		十八羅かん	畑	
	雷神ファクトリー	下滝野		★繁本精肉店	森		洋菓子ファームまるぐりっと	社	
	ナイススポーツプラザ	北野		みのり農協 東条宮農経済センター	天神		Café de RANZU	梶原	
スポーツ用品	滝野総合公園体育館スカイピア	河高	洋服・着物	マックスバリュ 東条店	岩屋	金融機関	★お弁当ハウスまみー	河高	
	社スポーツ	社		味の蔵 井乃屋	新定		明石焼・お好み焼 寛美	上滝野	
	健康・美容	キューまる加東店		家原	藤本食品店		天神	カフェ オールウェイズ(滝野にぎわいプラザ)	河高
		Be Shine 社店			松尾		小林磁油(株)ネオ・スクエアやしろS・S	藤田	Café + kitchen HAKONE
メナドフェイシャルサロンパープルハート		下滝野	時本自動車(株)		沢部	★お好み焼 三和	下滝野		
★ヘアサロンカナリヤ		上滝野	兵庫日産自動車(株)滝野西店		上滝野	炭焼地鶏やんべ	下滝野		
薬	Be Shine 滝野店	上滝野	雑貨	兵庫日産自動車(株)滝野店	新町	福祉	★Mill merci(ミルメルシー)	南山	
	滝野温泉ほかほ・ほかほ食堂	下滝野		株式会社オートボディ長尾	吉井		成山	岡本	
	東条温泉 ところき荘	岡本		松本モーターサービスMMS有限公司	森		★Nonna Café(ノンナカフェ)	南山	
	フロントア薬局 加東店	家原		株式会社 やま正	社		やしろショッピングパークBio	社	
ライフオート 梶原店	梶原	キッズクラブキヌヤ	金融機関	みのり農業協同組合 社支店		上滝野			
食料品	広畑こんぶ店	社		ファッションハウスキヌヤ (Bio1階)		みのり農業協同組合 滝野支店	天神		
	ナボレオン			竹内繊維縫工所		曾我	みのり農業協同組合 東条支店	家原	
	みのり農協ふれすこ社店			★マディー(Bio1階)	社	つつじ会作業所	下滝野		
	マックスバリュ 社店		(有)ぶんぐよしだ	福祉		ゆめ工房いまじん	下滝野		
兵庫ヤクルト販売(株)北播支店	シャイン(BIO店)								

※★印は、新規の協賛店

※各店舗の特典内容は、申込冊子または市ホームページをご覧ください。

※特典を受けるには今年度のサンサンチャレンジ会員証を提示する必要があります。

※スタンプラリーには、サンサンチャレンジへの申し込みを完了された方のみ参加いただけます。



▲サンサンチャレンジ会員証

スタンプラリー実施中!!

講座に参加&お店をまわってスタンプ10個集めよう!

講座に参加するか、またはスタンプラリー協賛店へ行くと、スタンプを(1店舗につき)1個もらえます。10個たまったら、健康課窓口で伝の助ストラップなどの伝の助グッズをプレゼント。(1人1回)



加東サンサンチャレンジ講座を開講します!

どちらの講座も参加費は100円です。どなたでもご参加できます!

開講講座

日時 10月20日(火) 13:30~15:30
場所 加東市役所 2階 201会議室
内容 「これで成功!私のからだ改善プログラム」
講師 京都医療センター予防医学研究室 同道正行さん

運動講座

日時 10月28日(水) 13:30~15:30
場所 加東市役所 2階 201会議室
内容 「いつまでも元気で健康に! 健康寿命を延ばす運動習慣」
講師 健康運動指導士 森井明美さん

問い合わせ 市民生活部健康課(庁舎2階) ☎42-2800



Q 加東サンサンチャレンジってどんなことをするの?
A かんたん! 体重グラフをつけるだけです。
チャレンジで取り組む減量法は、自宅です。朝食前と夕食後に体重計に乗って、体重グラフをつけるという、とてもかんたんなものです。日々の生活の中で体重を意識することで、太る原因に気付くことができ、自然と減量や生活習慣の改善につながります。3か月後に結果報告書を出していただく際には、きつとスリムで健康的な体を手に入れておられるはずです。



加東サンサンチャレンジ

みんなで減量! 3か月で3kg!!

参加者大募集!

生活習慣病予防と健康増進のために『3か月で3kgやせる』市民運動・加東サンサンチャレンジ。自分の生活習慣に気づき、見直すことから始まる『ゆっくり』『確実に』『リバウンドしない』減量を体験してみませんか。できるだけ健康で、輝いた人生を送るために、みんなで健康づくりにチャレンジしましょう。



肥満体重から4%減量することで、内臓脂肪が減り、高血糖・高血圧・脂質異常の改善が期待できます。

みんなで参加しよう!
加東サンサンチャレンジへの申し込みはこちら
参加できる方
次の3つをすべて満たす方
① 市内在住または在勤であること
② 満年齢が20歳から74歳までであること
③ BMIが23以上であること
※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)
※BMIが23未満でも、血糖値が気になる方はご参加いただけます。
※療養中の方は、かかりつけ医に相談のうえ、ご参加ください。
申込期限 11月4日(水)
チャレンジ期間 10月20日(火)~11月4日(水)の間、任意の日から3か月間
申込方法 申込書に必要事項を記入のうえ、市民生活部健康課に持参・郵送またはFAXで提出してください。
申込書は健康課、市立の図書館、市立の公民館、サンサンチャレンジの協賛店にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

成功者の声、続々!
「楽しみながら体重を減らすことを目標にチャレンジしました。いつものウォーキングに加え、新たに筋トレにチャレンジ。スムーズに動けるようになり、趣味の山登りも今まで以上に楽しめます」
(60歳代男性)
「朝・晩に体重を測ってみると、ずいぶん重さが違うのにびっくり! 毎日体重計に乗ることで、増えているときは自然と食べる量を控えることができ、体重が減ってきました」
(40歳代女性)

参加者への4つの特典
① 健康づくりのノウハウから学ぶ楽しい講座
(自由参加・1回100円)
楽しく、やる気にさせてくれる講師による大人気の講座です。無理なくやせる近道が聞け、減量効果もアップするお得な講座に、優先的に参加できます。
② 71の協賛店が独自の特典で応援
会員証を持ってお店に行くと、協賛店独自のアイデアで、まごころあふれるサービスが受けられます。
③ 電子メールでアドバイス配信
④ 新規参加者にもれなくプレゼント!
○先輩サンサン挑戦者からの生の体験談や成功事例を集めた「ダイエットのコツ100選」
○メタボリックメジャー

