

発足3周年!

みしまタニタ健康くらぶ

7月5日でみしまタニタ健康くらぶは3周年を迎えます。
新サービスもスタート!要チェックです。

☎健康づくり課 ☎ 973・3700

帰ってきた!達ちゃん&瑞季ちゃん



→送信忘れ常習犯



アプリ会員スタート

会員証である活動量計に代わってアプリでの登録もできるようになりました。入会登録の際に、ライフスタイルに合わせて、アプリ、活動量計のどちらかを選択できます。
※既会員も、無料でアプリ会員へ切り替えることができます。特典はアプリでも受けられます。

そのほかのアプリのメリット

- ▼活動量計持ち忘れによる歩数計測失敗を防止
- ▼過去30日間の総歩数と平均歩数を確認できる

活動量計のメリット

- ▼活動量計を持つことで歩くことへの意識が高まる

- ▼歩数を確認しやすい
- ▼歩くこと以外の日常動作も消費カロリーとして計測するため、アプリよりも1日の活動量を正確に測ることができる

年会費

- ▼アプリ会員: 2000円
- ▼活動量計会員:
 - 1年目: 3500円
 - 2年目以降: 2000円

注意事項

- ▼使用可能なスマートフォン
 - ・Android: Android5.0以上
 - ・iPhone: iPhone6以降に販売された機種かつiOS9.0以上
- ※iPad、Pod touch、タブレット、一部のSIMフリー端末、らくら〜くスマートフォン、京セラDIGNOは非対応

食事管理アプリ

ヘルスケアネットフード

毎日の食事を記録して管理できるアプリです。みしまタニタ健康くらぶ会員限定で栄養士からのアドバイスコメントがついたり、会員同士でシェアをしたりすることが出来ます。
SNS感覚で楽しく食事の管理をしましょう!

アプリの使い方

- ①食事を記録する
- ▼朝、昼、晩の食事やおやつなどの写真を記録
- ▼食事のカロリーを入力
- ②みんなでシェアする
- ▼ほかの会員が投稿した食事記録に「いいね!」やコメントをつける

- ▼自分の投稿についてのコメントや「いいね!」をチェック

注意事項

- ▼対応OS: iOS10以上、Android5.1以上
- ▼活動量計会員も利用できます

ポイント制度

4月から新ポイント制度がスタートしています!
毎月、500ポイント以上貯まっている人に500円分のポイント交換チケットが自動送付されます。

500円チケットの利用方法

- ①タニタ監修メニュー500円割引券
- ②更新料への充当

夏休み子どもイベント

◀◀ QRアイコンの説明は28ページ下部を参照

夏休みを生涯学習センターで思いっきり楽しもう！

夏休みキッズウイーク※要申込み

■ミニミニジオツアー〜三島ジオサイトの奇跡を探しに行こう〜

時 8月5日(日)午前9時〜正午

場 5階第4研修室

内 白滝公園や浅間神社などを散策し、身近なジオを勉強。雨天時は、スライドとお話。

講 マナビスト連絡会

対・定 小学生・20人

■お魚ミニ博物館がやってくる!?

時 8月5日(日)午後1時30分〜3時

場 5階美術室

内 魚の標本や骨を観察しながら分かりやすい「お魚講座」

講 北上公民館・遠藤さん

対・定 どちらでも・20人



▲こんな魚、見たことある？

■月光天文台へ行ってみよう!

時 8月10日(金)午前9時〜正午

場 月光天文台(函南町)※送迎あり

集合:生涯学習センター玄関

内 プラネタリウムを見ながら夏の夜空の探検や天文展示室の見学など※専門家による解説あり

対・定 小学生・20人

■お絵かき水族館

時 8月11日(土・祝)▼午前10時

時▼午前11時※各1時間

場 3階講義室、5階パソコン室

内 パソコン室で描いた魚が、講義室の特設水族館を泳ぎます

講 静岡県 ICT エキスパート.. 西

島基弘さん、Coder Dojo 三

島/沼津代表..長屋順子さん

対・定 小学生・各15人

■共通事項

場 生涯学習センター

申 7月18日(水)までに、備え付け申込用紙、はがき、FAXで下の

【基本事項】、学年、希望のイベントを生涯学習課☎411・0035

大宮町1・8・38、FAX 983・

0870 QR※応募多数時抽選

問 生涯学習課☎983・0881

作ってみよう

プログラミング教室

電子工作と

子ども向けパソコン「IchigoJam(イチゴジャム)」を作って、プログラムを学びます。

時 8月3日(金)

午後1時30分〜4時30分

場 市役所本館2階第2会議室

費 2000円(組立キット代)

対 市内在住の小学4年生〜中学3年生(小学生は保護者同伴)

定 20人※応募多数時抽選

申 7月13日(金)(消印有効)までに往復はがきに下の【基本事項】、

学校名、学年、保護者氏名(小学生の場合)を記入し

情報政策課

☎411・8666 北田町4・47 QR

問 情報政策課☎971・4322



▲子どもパソコンを組み立てて、ゲームを作ろう

モザイクアートで

フォトフレームを作ろう

時 8月7日(火)午前9時30分〜11時、午後1時30分〜3時

場 中郷文化プラザ展示コーナー

内 小さなタイルを組み合わせる「モザイクアート」で、オリジナルフォトフレーム作り

費 500円※当日集金

対 市内在住の小学生

定 各20人※応募多数時抽選

持 木工用ボンド、筆記用具

申 7月20日(金)までに、直接または電話で中郷公民館

☎982・5100 QR



▲フォトフレーム

りんごのオリジナルランプを作ろう

時 8月8日(水)▼午前9時30分〜11時、午後1時30分〜3時

場 中郷文化プラザ実習室

内 MDF製エコボードを組み合

申込時の【基本事項】 ①事業名②郵便番号・住所③電話番号④参加者全員

の氏名(ふりがな)、人数、年齢、⑤返信用あて名(往復はがきの場合)