

はかる！わかる！たまる！

みしまタニタ健康くらぶ



問合せ

健幸政策戦略室 ☎ 973・3700

三島市と株式会社タニタが協働ですすめる、
『「はかる」から始まる健康づくり』実践のためのくらぶ(有料)です。
くらぶ会員のお得な健康生活を紹介します！

みしまタニタ健康くらぶ

入会費 3,500円(アプリ会員2,000円)
年会費 一律2,000円(初年は不要)
申込み みしま健幸塾(中央町1-14)
☎ 955・9651

会員ならではの
さまざまな特典！

特典① 会員限定セミナー

会員限定のさまざまな運動講座や、
タニタ食堂レシピなどを活用した
ヘルシー料理教室に参加できます！

特典② 楽寿園が入園無料

活動量計・アプリを提示ください
四季折々の自然のなか、園内を散歩し
楽しく健康づくりしましょう！

特典③ 歩行測定で美しく

歩行センサー「Q'Z TAG walk」
が判定。指導員がアドバイスをを行い、
美しい歩行姿勢へと導きます。

※みしま健幸塾で実施中

特典④ VRトレーニング

船こぎマシンと連動する
ゴーグルをかけて、みしま健幸塾から
トレーニングの旅へ！

1st step

活動量計・
アプリで

はかる

入会者には活動量計をプレゼント！健康は、歩数や
消費カロリーを記録して、
自分のカラダを知ることから
始まるのです！



はかった記録は市内各所にあるリーダーライターで送
信。そのついでに体組成計で筋肉量
や体脂肪率もチェック。測定したデー
タは自動のグラフで管理できます。



2nd step

体組成計・
リーダーライターで

わかる

3rd step

ポイントが
(1P = 1円)

たまる

例えば1日5000歩で5P、「はかる」だけで1P。
年間最大約7000P貯めることができます。
たまったポイントは年会費への充当や、タニタ監修
メニュー割引券として使えます！



←みしまタニタ健康くらぶホームページはこちらから

申込み・問合せはみしま健幸塾へ。

どなたでも参加できます！

全6種 大測定会に行こう！

日時

7月30日(火) 10:00/10:30/11:00/11:30/12:00/12:30
(各回7人) 14:00/14:30/15:00/15:30/16:00/16:30

場所

生涯学習センター3階 講義室

予約

7月25日(木)までに健幸政策戦略室 ☎ 973・3700

体組成測定

- ・体脂肪率
- ・内臓脂肪レベル
- ・筋肉量 etc...



運動機能分析装置ザリッツ

イスから立ち上がるだけで足の筋力とバランスを測定します。



骨密度



歩行センサーによる歩き方チェック

バランスや姿勢など
歩き方のクセがわかる！

終了後、保健師によるお悩み相談タイムあり！
測定結果に合わせた運動プログラムをプレゼント！

血流チェッカー



血管年齢
40歳かあ……

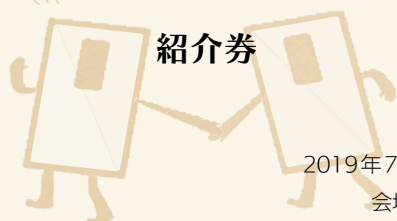
内転筋測定

内ももの筋力を測って衰え度をチェック！



お友達と一緒にだよポイント

紹介券



2019年7月30日「大測定会」限り。
会場に本券をお持ちください。



当日の キャンペーン (くらぶ会員限定)

- ①お友達と一緒に ▶▶ 100P プレゼント！
(左の紹介券をくらぶ未入会の方にお渡しください)
- ②お得意様 ▶▶ 100P プレゼント！
(全測定終了後、会員全員にポイント付与)
- ③新規入会 ▶▶ 1,000P プレゼント！！
(大測定会で入会した方にポイント付与)