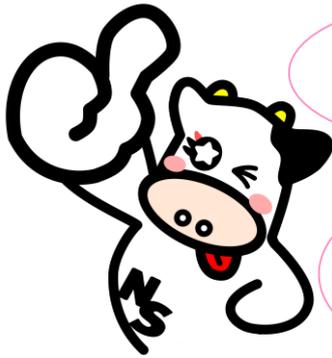


那須塩原市国民健康保険は、あなたの健康づくりを応援します！！

健康度アップ事業のご案内

『メタボを予防・解消し、“病気になりにくい体づくり”をしませんか？』

市内の健康増進施設やフィットネスクラブで、運動指導の専門家が支援します！



メタボの
予防・解消！

あなたの健康度に
合わせた運動プロ
グラムを作成し、
個別に支援！

楽しみながら
運動習慣が身に
つきます！

心の健康
づくりにも！



【対象者】

- ・ 那須塩原市の国民健康保険の加入者で、国民健康保険税に滞納がない世帯の満40歳～満74歳の方
- ・ 3か月間継続して事業に参加できる方

【内容】

- ・ 週2回3か月コース
- ・ 健康度測定（基礎代謝量、体脂肪率、筋肉量、体水分量、肥満度、骨量等）
- ・ 各種マシンを用いた筋力トレーニング、有酸素運動、ストレッチ等

【助成額】 13,398円

【個人負担金】 5,742円

【申込受付期間】 4月1日～12月15日

【実施期間】 5月～来年3月

【お申し込み】

- ・ 利用を希望する方は、下記の問い合わせ窓口に身分証明書（運転免許証、マイナンバーカードなど）と保険証をお持ちください。
- ・ 利用にあたっては、市で発行した決定通知書を施設に提示してください。
- ・ 助成を受けることができるのは、1年度につきお1人様1回限りです。

【お問い合わせ】

本庁国保年金課 0287(62)7129
西那須野庁舎 0287(37)5103
塩原庁舎 0287(32)2912
箒根出張所 0287(35)2511

【実施施設】 下記より選んでご利用ください。

地区	施設名	電話番号
黒磯	ウェルネス NASPAⅡ	(0287) 73-5936
黒磯	A T Cフィットネ ス	(0287) 64-4564
黒磯	カーブス黒磯	(0287) 60-1277
東那須野	ウェルネス NASPA	(0287) 67-1577

地区	施設名	電話番号
東那須野	K P E Cフィット ネスクラブ	(0287) 67-2877
西那須野	カーブス西那須野	(0287) 39-7146
西那須野	ファインドスポー ツクラブ	(0287) 36-0419

- 受講前に体験ができる場合があります。受講予定の施設にお問い合わせください。
- 受講の際は、施設に問診票の提出と個人負担総額のお支払いをお願いします。
- やむを得ない事情で利用を中断する場合には、「国民健康保険健康度アップ事業中止届」を御提出いただけます。なお、受講しなかった場合でも個人負担額は返金できません。