

## 【 健康活動サポート登録のご案内 】

項 目	内 容
対 象 者	健康活動支援リーダー（HAS）リーダー 1・2 級
登 録 者 特 典	<p>■特典内容</p> <p><b>【特典-①】</b></p> <p>年間を通して皆様の健康活動を継続的に支援する為のプログラムをご提供いたします。内容は、下記 3 コースの中からご自身にあったプログラムを選択して頂けます。</p> <p>運動プログラムは健康器具を活用したメニューが中心になりますが、その他の運動メニューも含まれており、バリエーションに富んだ“あきない”プログラムになっています。内容は、以下の通りです。</p> <p>1. いつまでも “ 若々しく元気！！ ”</p> <p style="padding-left: 40px;">【 健康増進プログラム a.がんばりコース b.らくらくコース etc 】</p> <p>2. いつまでも “ あしこし元気 ” !!</p> <p style="padding-left: 40px;">【 転倒予防プログラム 】</p> <p>3. いつまでも美しく！！</p> <p style="padding-left: 40px;">【 減量プログラム 】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ サポート登録 1 ヶ月後からご利用頂けます。</li> <li>◆ 3～4 ヶ月間で新しい運動プログラムに更新されます。</li> <li>◆ 運動プログラムの実践は、地域の健康づくりの拠点施設である HAS センターで行います。専門スタッフが運動プログラムの紹介、指導を行い皆さまの健康活動をサポートします。</li> <li>◆ ご自分の運動経験を通じて“健康活動支援リーダー”としての基礎知識をさらに深めることができます。</li> </ul> <p>*運動プログラムの作成をご希望の方は、事前に HAS センターへご連絡下さい。</p> <p><b>【特典-②】</b></p> <p>認定資格の更新料（2,000 円）が、免除されます。</p>

	<p><b>【特典-③】</b></p> <p>1. HAS センターが主催する「いきいき運動教室」の受講料が免除されます。</p> <p>2. やまびこスケートの森 健康増進センターが開催している各種運動教室において、ご利用チケット購入時にサービス券を進呈します。</p> <p>*詳しくはスタッフまで</p>
受付けおよび問合せ	<p>HAS センター《おかや総合福祉センター温泉リハビリ施設内》</p> <p>電話番号：0266 -24 - 1156</p>
有効期限	<p>1 年間</p> <p>※但し、初年度は登録日に関わらず資格有効期間と同様になります。</p>