別記様式第１号

**串間市健幸マイレージ事業**

**「SALKO（サルコー）チャレンジ！」ウォーキング申込書**

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　令和　５年　　　月　　　日

串間市長　様

**１．「SALKO（サルコー）チャレンジ！」ウォーキング実施要領に基づき参加を申込みます。**

|  |  |
| --- | --- |
| 氏　　名 | 　　　　　　　　　　　　　　**＊ニックネーム**（　　　　　　　　　　） |
| 生年月日 | 　年　　　月　　　日生（　　　歳） | 性別 | 男 ・ 女 |
| 住　　所 | 〒　　　　　　　　　　　　　　　　自治会名（　　　　　　　　）　串間市　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| 電話番号 | （自宅） | （携帯） |
| **＊利用者コード** | 　　　　　　　 | 保険の種類 | 国保　・　国保外 |

**＊**SALKO（サルコー）アプリでの実施者のみ

**歩数記録実施期間：令和５年１０月１日（日）～令和５年１１月３０日（木）**

**２．参加方法****＊以下のいずれかに〇をしてください。**

|  |  |
| --- | --- |
|  | （１）SALKO（サルコー）アプリで実施する。 |
|  | （２）自分のウォーキングアプリまたは万歩計で実施する。 |

**３．今年の記念品は、健康食品を含む商品券と血管年齢・骨年齢検査のクーポンをご用意しています。ご希望の欄に〇をしてください。**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | （１）どちらでも良い |  | （２）健康食品を含む商品券 |
|  | （３）血管年齢・骨年齢検査のクーポン |

**４．アンケート（必ず記入をお願いします）**

**１）．この事業を見聞きした情報源は何ですか。（いくつでも可）**

　広報くしま　　回覧板　　市の公式サイト又はFacebook　　口コミ　　市の事業

その他（　　　　　　　　　　　　**）**

**２）．この事業に参加しようと思ったきっかけはどんなことですか。（いくつでも可）**

①普段からウォーキングを習慣にしている。

②ウォーキングを始めたまたは時々しているので、習慣化したい。

③SALKOアプリに興味があった。

④記念品が贈呈されるのが魅力的なため

⑤その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）

**３）．昨年、「SALKOチャレンジ！」ウォーキングに参加しましたか。**

①参加した　　②参加していない

 裏面に続く

**昨年、この事業に参加した方にお聞きします。**

**４）．この事業に参加した後、日常生活にウォーキングを取り入れていますか。**

①以前から取り入れている

　②これをきっかけに取り入れた

　③取り入れていない

　④その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）

**５）．ウォーキングによってどのような効果がありましたか。（いくつでも可）**

　①体重が減った

　②血圧が改善した

　③血糖値が改善した

　④コレステロールが改善した

　⑤体力がついた

　⑥ストレス解消

　⑦その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）

**皆さんにお聞きします。**

**４）．その他健康づくり事業についてご意見があればご自由にお書きください。**

ご協力ありがとうございました。　串間市 医療介護課 健康増進係　℡72-0333