

# Welpo

## からつウェルポ

### 参加者募集

## からつウェルポとは？

唐津市に健（検）診受診やイベント参加、バランスのよい食事や運動などの健康づくりに応じて「ポイント（ウェルネス・ポイント＝ウェルポ）」を貯め、唐津市の施設利用券やお買い物券等の景品と交換することができる「健康ポイントサービス」です。

ウェルポの会員になることで、コラムやレシピ動画など、健康づくりに役立つ魅力的なコンテンツを閲覧することもできます。

## 今後のイベントスケジュール

ウェルネスポイント50P 対象!!

9/13  
(金)

10:30~11:30 参加費：無料  
場所：唐津市健康サポートセンター  
3F 大会議室

代謝を上げて痩せ体質に  
健康レッスン 定員 20名  
「ヨガダイエット」

【専門領域】

・ヨガ / エアロビクス / ピラティス / パーソナル指導  
ダンス（ラテン、ヒップホップ、ズンバ） / 親子体操



アクティブスペース智  
上妻智子

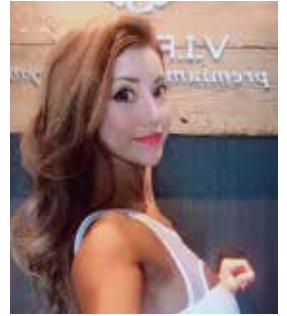
10/12  
(土)

参加費：無料  
場所：オニキス虹松店スタジオ

一緒にトレーニング  
午前の部 13:00~13:45 定員  
午前：体幹 おなか 15名  
午前の部 10:00~10:45  
午後：体幹 おしり 15名

VIP ONIX 代表。

国内の多くのボディコンテストで優勝、入賞多数。



パーソナルジムVIP ONIX 代表兼トレーナー  
鬼木絵理子

11/13  
(水)

10:30~11:30 参加費：無料  
場所：唐津市健康サポートセンター  
3F 大会議室

カラダのケアは内側から  
健康レッスン 定員 20名  
「漢方のある暮らし」

馬場薬局 取締役 / 帝京大学 薬学部卒  
認定薬剤師 / 漢方専門  
一般社団法人 唐津東松浦薬剤師会 副会長



馬場正浩

12/2  
(月)

10:30~11:30 参加費：無料  
場所：唐津市健康サポートセンター  
3F 大会議室

健康レッスン 定員 30名  
「太極拳」

公認団体審判員 / 日本武道太極拳連盟 / 日本武道太極拳連盟 /  
佐賀市太極拳協会 / 太極拳ゆったり体操サポーター /  
介護予防運動指導員 / 幼稚園教諭・保育士 / 他



太極拳講師 大塚先生

来年  
冬  
開催予定

参加費：無料

## 料理教室 開催予定

唐津市の素材を使ったヘルシー  
料理を参加者と作ります。



からつウェルポご利用者数

1204名

※2019年7月18日現在

10代~80代まで

多くの市民にご利用いただき  
ご登録者も増えています!

ご登録者の  
ご意見

◎毎日記録をつけることで、健康への意識が高まった。(30代男性)

◎健康的な生活を意識し、ダイエットに成功した(20代女性)

◎アプリが出来て使い勝手がよくなった。(50代男性)

イベント参加ご希望の方はチラシ裏面申し込み用紙でお申し込み下さい。



からつウェルポ

検索



健康ポイントプログラムは、WEB・アプリ以外でも健康記録冊子「ウェルポ手帳」でご参加いただけます。

「ウェルポ手帳」での参加をご希望の場合は、「唐津市保健センターさんて」などにてお申し込みいただけます。詳しくは下記電話番号にお問い合わせください。

\*「ウェルポ手帳」は「唐津市保健センターさんて」のほか唐津市役所本庁保険年金課や各市民センターの総務・福祉課でも受け取る事が出来ます。

WEBアプリ以外の方はこちらで  
ウェルポ手帳の申請ができます!



2019年4月18日  
オープン!  
唐津市健康  
サポートセンター  
「さんて」



〈唐津市保健医療課〉

0955-53-8271

受付時間 8:30~17:00(土・日・祝日をのぞく)



〈からつウェルポ事務局〉

karatsu-welpo@dhc.co.jp

## からつウェルポ イベント参加申し込み用紙

本用紙1枚で、2名様までお申し込みできます。下記申し込み用紙に必要事項を記入し、下記にFAX・郵送して頂くか、「唐津市健康サポートセンターさんて」まで持参しお申込み下さい。後ほどご連絡いたします。定員があるイベントは先着順になりますので予めご了承下さい。

### 参加者①

ご希望のイベントに○をつけて下さい		○一緒にトレーニング	
○健康レッスン「ヨガダイエット」		午前：体幹 おなか 午後：体幹 おしり	
○健康レッスン「漢方のある暮らし」		○健康レッスン「太極拳」	
フリガナ		性別	男性 女性
お名前			
生年月日	大正・昭和・平成 年 月 日	年齢	歳
唐津市在住ですか?	はい いいえ	※唐津市在住出ない方 唐津市内の勤務ですか?	はい いいえ
メールアドレス	@	電話番号	

### 参加者②

ご希望のイベントに○をつけて下さい		○一緒にトレーニング	
○健康レッスン「ヨガダイエット」		午前：体幹 おなか 午後：体幹 おしり	
○健康レッスン「漢方のある暮らし」		○健康レッスン「太極拳」	
フリガナ		性別	男性 女性
お名前			
生年月日	大正・昭和・平成 年 月 日	年齢	歳
唐津市在住ですか?	はい いいえ	※唐津市在住出ない方 唐津市内の勤務ですか?	はい いいえ
メールアドレス	@	電話番号	

頂きました個人情報は厳重に保管し、本イベント運営・からつウェルポ会員登録以外には使用致しません。



アスタスク株式会社

FAX : 0955-77-6491

✉ koba@astask.co.jp

〒847-0022 佐賀県唐津市鏡赤水 4734

TEL : 0955-77-6464