



信州ACE(エース)プロジェクト ネットワーク通信

Vol.24



今年の夏は猛暑が続いていますね...。
ウォーキングやランニングといった運動をされる方は、水分・塩分を十分補給し、朝夕の涼しい時間帯に行うなど、例年以上に熱中症対策を万全にして取り組みましょう！！



TwitterとInstagramに投稿して賞品GET♪

「#マイACE」投稿キャンペーンが始まります！！

「信州ACE(エース)プロジェクト」では、**8月1日から9月30日までの2ヶ月間**、健康づくりの取組をTwitterやInstagramで投稿する『「#マイACE」投稿キャンペーン』を実施します！
ACE公式TwitterやInstagramのアカウントをフォローして、日々の健康づくりについて「#マイACE」のハッシュタグをつけて投稿するだけで参加可能！何回も投稿して賞品をGETしよう！

とても簡単

☆参加方法☆

①健康づくりに取り組もう！

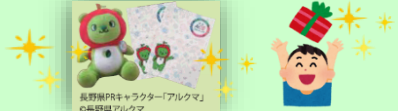
階段利用を心がける、毎日の血圧チェック、減塩を心がける、野菜料理を一品プラスする...etc

②SNSに投稿しよう！

ACE公式アカウントをフォローして、健康づくりの取組を「#マイACE」のハッシュタグを付けて投稿しよう！
1人何回でも投稿できます♪

③抽選で賞品が当たる！

参加いただいた方の中から抽選でアルクマぬいぐるみやQUOカード等の賞品をプレゼント！！



今日も元気にウォーキング
#マイACE

※応募上の注意や当選発表など、詳細は別添チラシをご覧ください！

【お問い合わせ】長野県健康福祉部健康増進課 健康づくり推進係
(長野市大字南長野字幅下692-2)
TEL:026-235-7112 FAX:026-235-7485



「働き盛り世代の『健康づくりチャレンジ大作戦』グランプリ2018」

キックオフイベントを開催します！

先日、ACEネットワークの号外で、「働き盛り世代の『健康づくりチャレンジ大作戦』グランプリ2018」についてご案内させていただきました。9月1日から始まる当グランプリに先立ち、キックオフイベントを開催します！
当日はオリンピック金メダリスト荻原 健司様にもゲストとしてお越しいたください！！

◇日時 平成30年**8月25日(土)** 8:30～10:30(少雨決行)
(受付8:10～)

◇場所 南長野運動公園 野球場北東側広場
(長野市篠ノ井東福寺320)

◇持ち物 帽子・運動のできる服装・水分補給のための飲料

◇内容 講座① ウォーキングミニ講座 (事前申込:先着200名)

ウォーキング 2.3kmコース
(荻原健司様、健康運動指導士の皆様)

講座② ポールdeアクティブウォーキング！ (事前申込:先着60名)

(ポールdeアクティブウォーキング技術研究会の皆様)

ブース出展 歩行姿勢チェック！(マイクロストーン株式会社様)(当日申込:先着10名)
ウォーキング用シューズの販売等(株式会社シューマート様)

※参加申込締切:8月20日(月)

参加申込方法、雨天時の対応等の詳細は別添チラシに記載しています！

(グランプリの詳細は県HPをご覧ください→<http://www.pref.nagano.lg.jp/kenko-choju/20180612.html>)

参加費
無料



ゲスト:荻原 健司さん

グランプリへの参加も
まだまだ受付中です！！
(申込期限:8月20日まで)





松代町の七福神をめぐる、体力づくりスポーツ大会を実施します！

長野市松代町の歴史「七福神」をめぐるウォーキング大会が開催されます！
松代の街を歩き、象山神社や真田邸をめぐりながら、体力づくりを楽しんでみませんか？

○日時 平成30年9月8日(土)

○受付 9:00～9:50
(信州松代ロイヤルホテル)

○開会式 10:00～
ミニレクチャー
(健康運動指導士 北原 綾子 氏)

○ウォーキング 10:40～12:30(予定)

★参加費200円(保険料・飲み物含む)

【コース】

信州松代ロイヤルホテル
↓
七福神めぐり
(象山神社、真田邸、文武学校、
松代城址を通過します。)
↓
ゴール



参加申込期間:平成30年9月6日(木)まで
※申込みは主催者までご連絡ください。



【主催・お問い合わせ】
健康保険組合連合会 長野連合会 〒380-0936長野市中御所岡田町79-5
TEL: 026-228-6508 FAX: 026-226-2106 E-mail:nagaren@dia.janis.or.jp

ACEネット参加団体の活動報告

株式会社魚国総本社



昨年度の「社員食堂健康づくり応援メニューコンテスト」 最優秀賞メニューを県内の社員食堂で提供いたしました！

株式会社魚国総本社では、4月～7月まで毎月、昨年度のACEプロジェクト「社員食堂健康づくり応援メニューコンテスト」で「最優秀賞」を受賞したメニューを県内5ヶ所の社員食堂で提供しました！

当社では、健康に関する取り組みとして、①野菜摂取量の拡大、②適正体重者の増加、③減塩、を3本柱として活動しておりますが、今後もお客様の健康増進のためにさまざまなメニュー提供や活動をしていきたいと思っております。

ご提供の様子



～ご提供メニュー～

- ・鶏胸肉の甘酒チリソース
- ・信州きのこ田舎みその肉みそ豆腐
- ・信州野菜の塩麴マリネ



普段から健康意識の高い
クライアント様も多く、好評を
得ることができました！



【お問い合わせ】
株式会社魚国総本社 松本事務所
TEL: 0263-87-3940 FAX: 0263-40-0050

