

Aruco測定コーナーをご活用ください

誰でも利用可能です

現在、市内20カ所に Aruco測定コーナー（体組成計・血圧計）を設置しています。定期的な測定で自身の変化を把握し健康管理にいかしましょう。体組成計では、体重、体脂肪率、脂肪量、筋肉量、基礎代謝量などを測定することができます。

☎712-8642健康都市推進課



測定した方にインタビュー



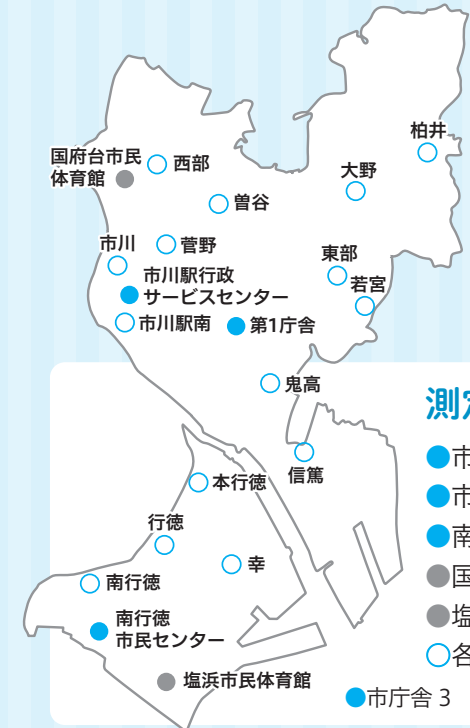
市川市健康都市推進員 曾田会長

機器の操作は思っていたより簡単でした。これまで運動には取り組んでいましたが、さらに健康への意識付けができるようになりました。

まず「自分の健康のため」が第一です。まだ利用していない方は、自分自身が健康になろうという気持ちで取り組むと良いと思います。



▲体組成計で測定中



測定コーナー設置場所

- 市役所第1庁舎
 - 市川駅行政サービスセンター
 - 南行徳市民センター
 - 国府台市民体育館
 - 塩浜市民体育館
 - 各公民館
- 市庁舎 3 ●スポーツ施設 2 ○公民館 15



ポイントを貯めてお得にお買い物



☎043-227-9404 ICHICOコールセンター（平日午前9時～午後5時）

デジタル地域通貨ICHICOは地域経済と市民活動の活性化を目指し、スマートフォンや専用カードから市内の加盟店で利用できる、新しいキャッシュレス決済です。

ICHICOについて
詳細はこちら



ポイントをもらう

ICHICOはチャージ以外でも、健康づくり、地域活動、ボランティアに参加することでポイントを得ることができます。

健康づくりでポイントをもらう



歩いたり、体重や血圧を測定することで、Arucoポイントを貯める他、市が主催する健康講演会などに参加するとポイントがもらえます。

地域活動やボランティアでポイントをもらう



市が指定する、まちを元気にする活動やイベントに取り組むと、ポイントがもらえます。

対象	付与ポイント
新健康ポイント (Aruco)	5,000Pt/年
健康講演会	100Pt/回
フードドライブ	50Pt/回
自治(町)会新規加入	1,000Pt/世帯
運転免許自主返納	10,000Pt/回

今後、対象事業が増える可能性があります。



募集の終了について

Aruco・ICHICO共に、好評につき募集定員に達しましたので、募集は終了しました。たくさんのご応募ありがとうございました。

新型コロナワクチンのお知らせ

☎0120-923-118新型コロナワクチン接種市川市コールセンター
間違い電話が多くなっています。番号をよくお確かめの上おかけください。

最新情報は
こちら



接種は、希望される方に対して行うものであり、強制ではありません。

5月8日から65歳以上の方や基礎疾患等を有する方、医療従事者等を対象に始まった春開始接種は、8月末まで実施する予定です。接種を希望される方は、期間中の接種をご確認ください。

●集団接種会場の開設時間の変更

7月1日(土)から下表のとおり、集団接種会場の開設時間が変わります。

7月1日(土)から		
接種会場	開催日	受付時間
市役所第1庁舎2階	毎週 金・土曜日	午前9時～11時30分、 午後1時～8時 (ただし、土曜日は午後4時まで)
行徳支所4階		

・予約なしでも受付可能(受付は午前10時から)

●集団接種会場の使用ワクチン変更

市役所第1庁舎7階における1・2回目接種のワクチンが、下表のとおり、変更となります。

接種期間	ワクチンの種類
6月30日(金)まで	ファイザー社 【従来型】
7月1日(土)から	武田社 (ノババックス)

●予約相談窓口

Web予約に不安がある方を対象とした予約相談窓口は、6月30日(金)をもって終了します。予約の支援が必要な方は、6月30日(金)までに、お近くの相談窓口でご相談ください。

相談時間 午前9時～午後5時
(最終受付:午後4時30分)
会場 全日警ホール、南行徳保健センター、
行徳支所、市川公民館、大野公民館

【6月9日時点での情報です。情報は変更になる場合がありますので、最新の情報は市公式Webサイトなどで確認してください】