



健康ざまイレージ

概要	健康に関するイベントなどへの積極的な参加を促進し、市民の健康志向を高めるため、市LINE公式アカウントを活用した事業「健康ざまイレージ」を実施します。
目的、得られる効果など	<ul style="list-style-type: none">・市LINE公式アカウントを活用した統一的な情報発信により、市が開催する健康に関する講座やイベントなどの情報を取得しやすくすることで、市民が自主的、選択的、継続的に、通年で参加しやすい環境を整備する。・LINEを使用することで、印刷物を最小限に抑え、データ入力・集計・分析作業を軽減するなど、運営側の事務負担と経費削減が期待できる。
導入に至った背景	これまでの健康に関するイベントなどは、慣例的に行われていることが多く、参加者が変わらないことがほとんどであったため。
内容	スマートフォンアプリ「LINE」を使い、対象イベント（別紙参照）への参加者にポイント「ざまイレージ」を付与します。ざまイレージをためた参加者には、オリジナルグッズを進呈します。
実施期間	8月1日（火）～令和6年2月29日（木）
問い合わせ先	健康部 健康医療課 健康総務係 TEL 046（252）8236 FAX 046（255）3550



座間市健康なまちづくり推進事業



健康 ざまいレージ

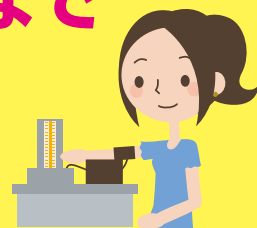


ざまりん®
©座間市

実施
期間

令和5年8月1日(火)～
令和6年2月29日(木)まで

座間市で開催される、健康に関するイベントへの参加を促進し
市民の皆さまの健康志向を高めていただくことを
目的とした事業です。



ざまりん ステンレスボトル

容量
600ml



LINEで「ざまいレージ」を貯めて
オリジナルグッズをもらおう!

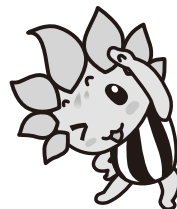
詳しい参加方法は、うら面をご覧ください。

※ どれかひとつ。色は選べません。

お問い合わせ

座間市 健康医療課

TEL 046-252-8236 (直通)



参加方法

1 座間市LINE公式アカウントを友だち登録する。

- 「受信設定」から、受信するセグメント（情報分野）のうち「イベント・講座」「健康・医療・スポーツ」を選択してください。



2次元コードを読み取って友だち追加してください。

2 健康ざまイレージ対象イベント等に参加し「ざまイレージ」を貯める。

- イベント会場に設置されている2次元コードを読み込むことで「ざまイレージ」がもらえます。

3 5ポイント貯まると「ざまりんオリジナルグッズ」がもらえる！

- 5ポイントに達し、LINEによるアンケートに答えていただいた方に賞品引換券をLINEで送ります。
- 市役所健康医療課に来庁いただき、引換券画面をご提示ください。

- ※ 達成者多数の場合は抽選し、当選した方に賞品引換券をLINEで送ります。
- ※ 賞品の引き換えは令和6年3月を予定しています。
- ※ スマートフォン等を持っていない方は、チラシ表面問い合わせへ。
- ※ 賞品の引き換えはお一人様1つまで。5ポイント以上貯めても抽選確率は変わりません。



〈対象者〉市内在住・在学・在勤者

対象イベント

(令和5年7月1日現在)

- 詳しくは市ホームページでご確認ください。→



イベント名	ポイント	開催予定日時	場所	担当課
はつらつウォーキング教室	2	木曜コース 9/28、10/5、12、19、26 13:45～15:45 金曜コース 9/29、10/6、13、20、27 13:45～15:45	県立谷戸山公園 他	長寿支援課
脳いきいき運動講座	2	③コース 9/27、10/11、25(すべて水曜) 13:40～15:40 ④コース 10/27、11/10、24(すべて金曜) 9:40～11:40	立野台コミュニティセンター 市公民館	長寿支援課
健幸講座	2	9/6(水)*、21(木)、29(金)、10/4(水)*、13(金)、19(木)*、11/9(木)、20(月)、12/1(金)、7(木)、2/15(木)、26(月)* 13:00～16:00(*は9:00～12:00)	市民健康センター 他	長寿支援課
かんたん料理で健康づくり	2	10/13(金)、2/29(木) 14:00～15:00	市民健康センター	健康医療課
知ってなっとく血糖値2コース	2	10/26(木)、11/2(木) 13:30～15:00	市民健康センター	健康医療課
ヘルスセミナー	2	詳細が決まり次第、市ホームページ等でお知らせします。		健康医療課
おなかスッキリエクササイズ	2	9/1(金)、11/1(水)、1/22(月) 9:30～11:00	市民健康センター	健康医療課
ポッチャ教室	2	8/19(土) 10:00～12:30	スカイアリーナ座間	スポーツ課
ソフトバレー大会	2	1/20(土) 1日	スカイアリーナ座間	スポーツ課
市民健康マラソン大会	3	11/26(日) 午前中	相模川グランド	スポーツ課
ニューフィールドゲーム	3	11/11(土) 午前中	芹沢公園(芝生広場)	スポーツ課
ニュースポーツ教室	2	10/6(金) 時間未定	スカイアリーナ座間	スポーツ課
親子サッカー教室	2	11/18(土) 13:30～15:30(予定)	スカイアリーナ座間	スポーツ課

- ※ はつらつウォーキング教室、脳いきいき運動講座は各コースの最終日に2次元コードを設置します。
- ※ イベント内容、開催日時等は変更になる場合があります。

参加お申し込み方法は、広報ざま、市ホームページ等をご確認ください。

〈長寿支援課〉TEL 046-252-7084 〈健康医療課〉TEL 046-252-8236 〈スポーツ課〉TEL 046-252-8177