

# 過去最高の「からだ」改善計画 参加者募集

RIZAP×平塚市  
開催事業

## 講座概要

日程 9月2日、9日、16日、23日、10月14日、28日、11月11日、25日、3月9日  
全9回

いずれも土曜日 午前10時～11時30分（初日のみ午前9時30分～11時30分）

自己負担金 24,000円（初日一括払い）


会場 平塚市保健センター 2階（駐車場完備、無料）

教室内容 RIZAP株式会社スタッフによる運動の実践と食事指導で、健康的な減量を目指します。

## 対象者

- ・平塚市在住（住民登録）で、30歳～60歳（昭和38年4月2日～平成5年4月1日生まれ）の方
- ・腹囲が男性85cm・女性90cm以上またはBMI(体格指数)が25以上の方
- ・全日程参加が可能な方（教室参加後の自己負担金の返却は致しません）
- ・医師から運動や食事についての制限を受けていない方 ・スマートフォンやタブレットをお持ちの方

申込み方法 申込期間：8月4日（金）まで（先着順）

メール	参加申込書（下記参照）の記載事項を本文に直接記載、 ○提出先 <a href="mailto:kenko@city.hiratsuka.kanagawa.jp">kenko@city.hiratsuka.kanagawa.jp</a> ○件名 「からだ」改善計画申込	
郵送 又は 来所	○提出書類 参加申込書（下記切り取り） ○提出先 〒254-0082 平塚市東豊田448-3 平塚市健康課(保健センター) *提出された書類は返却いたしません。ご注意ください。	
電話	○申込先 平塚市健康課（保健センター） 電話 0463-55-2111	

## その他

- ・教室の参加が決定された方には、8月中旬ころまでに書類をメールもしくは郵送いたします。

## 問合せ先

平塚市健康課（保健センター） 平塚市東豊田448-3 電話 0463-55-2111

※いただいた個人情報については参加受付、連絡、教室の評価のみを利用目的とし、他の目的に使用することはありません。

----- 切り取り -----

「からだ」改善計画申込書 健診結果の写しを提出し、「からだ」改善計画に申し込みます。

フリガナ お名前		住所	〒 平塚市
生年月日	昭和・平成 年 月 日	年齢・性別	歳 男・女
電話番号		メールアドレス	