

2025.11月～

～「健康自己管理表」～

「健康自己管理表」へ取り組んでご自身の健康を記録し、

20リゾート ゲットしよう！！



step1

・1階フロアにて「健康自己管理表記録用紙」を受け取る

step2

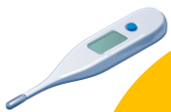
・開始した日から1週間記録を付けよう

例：体温・血圧・その日の活動などご自宅の様子も

step3

・1週間記録を記入したら1階食事時同様に列に並び提出してリゾートゲット！

※先週分と今週分の2週間分までの提出が可能です。(上限2枚まで)



～提出時間～

午前10時15分～10時45分

午後3時00分～3時30分

※上記以外の提出は承りません



皆様のご参加お待ちしております♪

詳しい記録方法など、分からない点などございましたらお近くの職員までお声かけください