

運動や食生活の改善、健診の受診などに取り組んでポイントを貯めると、県内の協力店で使える優待カード「MyCa（まいか）」がもらえます。

参加方法

参加方法は2通り

- ①アプリ「あいち健康プラス」
- ②紙シート 健康課窓口でお問い合わせください
※対象は18歳以上で、大口町にお住まいかお勤めの方



あいち健康プラス



▲Android



▲iPhone



今すぐダウンロードしよう！

健診を受けよう

アプリを
ダウンロードしたら



「まいか」をもらう



「まいか」の有効期限は、チャレンジ達成後「まいか」を取得した日から1年です



※目標は最大3つまで登録可

※期間は4月1日から令和9年3月31日まで

- ①必要事項を入力して目標（チャレンジ）を決める
- ②健康づくり（運動、食生活の改善、健診の受診など）に取り組んで40ポイントをためる

協力店の割引などのサービス一覧は3本線をタップ↓優待カードから確認してください



健康講座 女性限定！

女性の更年期をのりきる健康講座

～からだのこころをのりきる健康講座～

◎女性ホルモンから見た自分の体の変化を知る

◎30歳代の更年期から更年期後までの対処方法

時間 午後1時30分から3時30分

場所 健康文化センター2階 保健センター

講師 助産師・管理栄養士 持ち物 筆記用具 申込み期間 9月2日（水）

残りわずか
定員10名



▲申込み（要予約）

（例）対象商品を○%割引、ドリンク1杯サービス、粗品プレゼント、ゴルフ打ちっ放し入場料○円割引、トレーニングセンター（健康文化センター内）無料体験、オークマ温水プール無料体験

健康チャレンジ月間開催中

運動習慣を身につけよう



食事を見直そう

