健康管理アプリ「たいチャレ」操作説明会



たいチャレでは、健康に関する区のお知らせやコラム配信、ウォーキングの歩数・体重・血圧などの記録、写真投稿や共有、健康づくり活動に応じたポイントの受取など、楽しみながら健康づくりを続けることができます。

日　時

12月8日(火)

1回目

10:00～11:40

2回目

13:30～15:10

※午前・午後ともに同じ内容です。

場　所

竜泉福祉センター「いきいきてらす」
5階ホール

対　象

区内在住で、アプリ登録時点で
18歳以上の方

定　員

各回20名(先着順)
※空きがある場合は、当日参加可

申込締切

12月4日(金)17時

講座内容

前半　アプリのダウンロード支援及び使い方講座(60分)

アプリのダウンロードから
基本的な操作まで、丁寧に
お教えします。



※アプリをダウンロードするための
IDやパスワードが必要になります。
必要に応じてメモ等をご持参ください。

後半　個別相談会 ※希望者のみ(1人8分程度)



個別相談をご希望の方は
お申し込み時にお申し出
ください。
申し込み順に当日番号札をお渡しし、
番号順にご案内します。

※順番までお待ちいただく場合があります。

申し込み・問合せ先

保健サービス課　健康推進担当
電話番号:03－3847－9406(直通)

▲区ＨＰ

詳細はこちらでも
確認できます