

いつも『チョイソコかもがわ』をご利用いただき誠にありがとうございます。
今年の7-8月の気温は、「ほぼ平年並みかやや高い」見込みとのことですので、
熱中症にお気をつけてお過ごしください。

お出かけの際は、適度に冷房の効いた「チョイソコかもがわ」を
ご利用ください。



1. 第1回健康づくり教室を開催

「メタボ予防による健康づくり」のご報告

第25号にてご案内をしました、講話「メタボ予防による健康づくり」が、6月8日吉尾公民館にて開催されました。

17名が参加され、メタボの**基礎知識**から始まり、不健康な生活習慣が原因となる数々の**病気の解説**、そして生活習慣を**改善する具体的な方法**など、

関先生に、とても分かりやすくご説明いただきました。



会場の様子



とっても優しい口調の
関先生



資料を投影して、分か
りやすく解説



サプライズの『お楽しみタイム』では、関先生のトロンボーン、ウクレレ生演奏で盛り上がりました。



2. エリアパートナー更新のお知らせ



この度、『株式会社 千葉銀行 鴨川支店』様、『株式会社 千葉興業銀行 鴨川支店』様、
『株式会社 京葉銀行』様、『鴨川自動車教習所』様が、エリアパートナー3年目の更新をして
いただきました。

エリアパートナーの皆さま
チョイソコかもがわの運行を支えていただき、誠にありがとうございます

3. 第2回健康づくり教室のお知らせ

講話『介護予防のための運動 ～元気な足腰で過ごすために～』

運動を始めるのに、遅すぎるという事とはりません。この健康づくり教室で、**正しい知識と運動習慣**を身に付けてみませんか？ **椅子に座って行います。**一人ひとりに合わせた**サポートをします**ので、お気軽にご参加ください。



日時	令和5年8月26日(土) 14:00～15:30
講師	理学療法士 庄司 朋央 様
場所	鴨川市立国保病院 1階 リハビリテーション室
対象	一般市民 ※参加費 無料 ・立ったり歩いたり不安な人 ・これを機に運動習慣をつけたい人
申込方法	受付開始は8月1日からとなります。 ☎ 04-7096-5711までお電話ください。
定員	20名 ※定員になり次第終了します。
持参物	運動できる服装と靴・水分・汗ふき

4. 利用件数が新記録!!

6月のご利用件数、新記録 **275件** 達成!!

ご利用いただいた皆さん、誠にありがとうございます。

チョイソコかもがわの継続していくには、『利用件数が多い』ことが大切なのです。
会員様で、まだご利用していない方は、是非チョイソコを使ってみてください。

5. チョイソコかもがわ通信の発送について

チョイソコかもがわ通信は、会員様一人ひとりにお届けをしておりますが、
「同一世帯なので一通届けば良い」という会員様は、下記の番号にご連絡ください。



チョイソコかもがわコールセンター TEL: 0570-065194

チョイソコかもがわ通信の送付を停止する『**会員番号**』と『**お名前**』をお伝えください。

千葉トヨタ自動車株式会社

☎043-370-3414 受付日時：火曜日～金曜日 AM10時～PM4時
チョイソコかもがわ担当：平野・吉田

☆予約方法・乗り方でお困りの方は、上記電話までお気軽にご相談ください！

ホームページは
こちら→

