

団体名

団体構成人数

氏名

年齢

歳

住所 佐渡市

電話番号

()



5 マスで健康ぽいんとと5ぽいんとと交換です
一日何回体操しても
進むのは一日1マスだよ！(□の中に日付を書いてね)

スタート

				5
				10
				15
				20

ゴール

マスが全て埋まったら新しいカードをもらってね！



健康ぽいんととのひきかえは、以下の窓口でお願いします。

佐渡市役所生活環境課・高齢福祉課・文化スポーツ課

社会教育課・各支所・行政サービスセンター

連絡所(岩首・海府・高千・松ヶ崎)・各地区公民館