

松本市民は
500円!

国保加入者は
無料です!

国保体力測定で

健康状態を確認しませんか?

松本市では、市民の皆さんにご自身の体を知っていただくことを目的に、市内スポーツクラブと連携して体力測定を実施しています。

松本市民の皆さんは500円で体力測定が受けられます。さらに国保加入者は、無料となります。

また、『国保加入者』で新たにスポーツクラブの会員(※会費は自己負担です)になって、専門家から運動指導を受け、6カ月間運動を続けられた皆さんには、松本市とスポーツクラブ施設からプレゼントを提供しますので、この機会に取り組んでみてはいかがでしょうか。



これからの体調管理に
運動を取り入れてみませんか?
明日以降も心身のコンディションを
保てるようにしましょう。



各施設、マシントレーニングやスタジオプログラム、スイミングプール、各種休憩施設等を設けて、健康づくりを支援します。

提携施設 (全てスタジオ&ジム付)		住所	電話
スポーツクラブ ルネサンス松本		渚1-7-1	24-8811
スポーツネットワーク SAM松本		島内5304-1	47-0370
スポーツネットワーク SAM石芝		石芝4-1-1	27-5210
セントラルフィットネスクラブ松本		深志2-5-26	34-5123
カーブス イオンモール松本		中央4-9-51	34-4130
カーブス 松本浅間		浅間温泉2-5-1	46-3230
カーブス 松本井川城		井川城3-3-30	31-6035
カーブス 松本デリシア寿		松原42-13	87-1230
カーブス 松本村井		村井町南1-6-17	86-8230

プールあり テニスまたはスカッシュあり 女性のみ

参加方法

- 1 左記提携施設に申し込み(要予約)
(電話等で事前に申し込みをお願い致します)
- 2 体力測定を受けます
持ち物 保険証、運動のできる服装、上履き(運動靴)、タオル、飲み物等
- 3 測定結果を確認し、日頃の運動についてアドバイスを受けます

本企画についてのお問い合わせ 松本市保険課 保険給付担当
TEL.34-3203

国保 体力測定 利用券



提携スポーツクラブ スポーツクラブルネサンス松本、スポーツネットワークSAM松本、スポーツネットワークSAM石芝、セントラルフィットネスクラブ松本、カーブスイオンモール松本、カーブス松本浅間、カーブス松本井川城、カーブス松本デリシア寿、カーブス松本村井、タニタフィットミー イトーヨーカドー南松本店

記入の上、お持ちください

私は、国保体力測定に保険証を添えて申し込みます。

私の個人情報、スポーツクラブ及び市が事業に必要な範囲で管理することに同意します。

体力測定結果を、スポーツクラブが、市へ提供することに同意します。

現在の体の状況 (よい・ふつう・あまりよくない)

日頃の運動 (意識して運動している・全くしていない)

体のことで気になっていること (ある: ・ ない)

やり続けたいことはありますか (ある: ・ ない)

※お預りした個人情報・体力測定結果はスポーツクラブ連携事業の提携事業者及び市が事業に必要な範囲で管理・利用致します。