

目指せ、健康寿命日本一!

にいがた 健活手帳

2月15日発売!

(4月始まり)

●体裁:A4判60ページカラー ●定価550円(税込)

主な内容

- 血圧や体温など毎日の健康記録と「ひとこと日記」
- 月ごとの目標や振り返り
- 県内医師や薬剤師ら専門家による毎月のコラム

数に限りがあります。ご購入はお早めに!

●手帳購入後、専用フォームからご登録いただくと、2022年度の「にいがた健活講座」を見逃し動画視聴(期間限定)できる特典が付きまます。

ご予約・お求めは

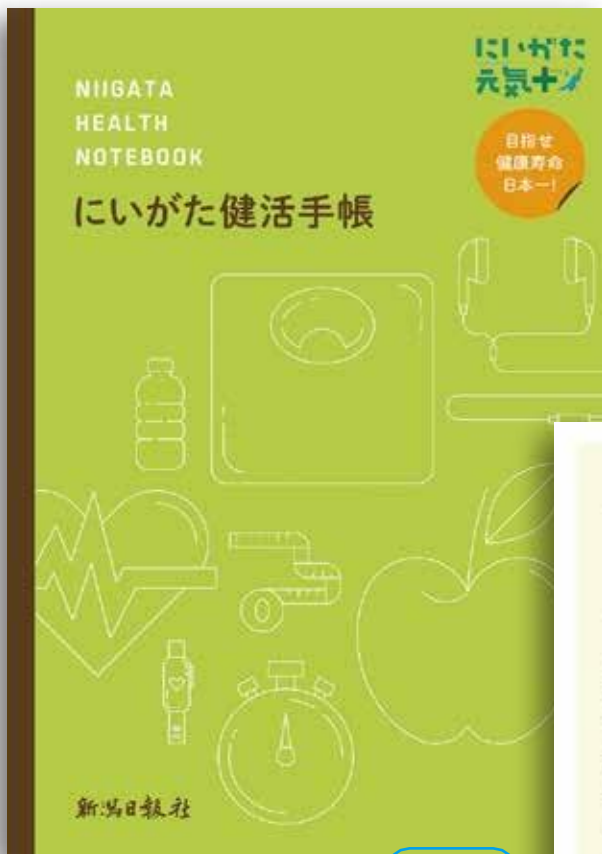
お近くのNIC新潟日報販売店または
新潟日報メディアシップ 1階「MS LINK」



「にいがた健活講座」の特設サイトからお申し込みできます。
(<https://www.niigata-kenkatsu.com/>)

☞こちらのQRからもお申し込みできます。

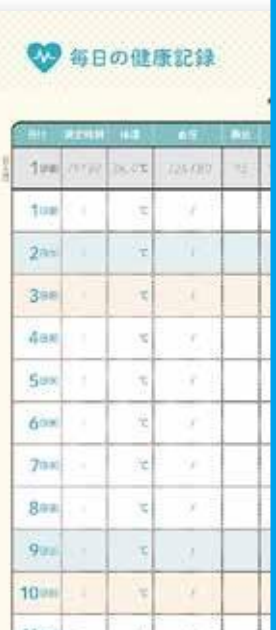
あなたも「健活」を始めてみませんか。



表紙イメージ

中身イメージ

書きやすい!
使いやすい!
A4判ノートサイズ!



にいがた元気+ NIIGATA ENERGY PLUS

お問い合わせは/新潟日报社統合推進センター、025(385)7473(土日祝日を除く10:00~17:00)

にいがた健活手帳 お申し込み書

健活手帳 お申込み 550円 × () 冊 = 円

お名前 (フリガナ)

NIC名

ご住所 〒 -

電話番号

~お求めは、お近くのNIC新潟日報販売店へ~