

好評につき第二弾 いずみおおつ足の8020 ウォーキングチャレンジ

～皆さんの健康のために日頃から歩く習慣を～



足の8020とは

「足の8020」という言葉をご存じですか？「みんなが“80歳”で“20分”きびきびと歩ける社会を目指そう」という意味があり、市でもこの考えに賛同し、この度ウォーキングチャレンジイベント(第2弾)を開催します。本チャレンジは、歩くことで自身が健康になるウォーキングイベントです。チャレンジに参加して元気なまちを一緒に創りましょう！

イベント概要

開催期間：2024年11月15日(金)～12月6日(金) ※22日間

申込期間：2024年10月21日(月)～11月14日(木)

概要：開催期間中『毎日8,000歩』を目指して歩く

条件：①泉大津市民 ②健康で無理をしない方(年齢不問)
③健康アプリ「いずみおおつ・マイ・レコ」を使用できる方

申込方法：QRコードの募集フォームより申込

申込後にアプリの登録手順をメールでご案内します

イベント詳細は
こちらをチェック

イベントの
参加はこちらから



HPのQRコード



申込QRコード

1日8000歩を達成すると…

◎健康ポイントのプレゼント

「いずみおおつ・マイ・レコ」アプリのポイントを1日あたり10ポイントプレゼントします！

〔第4弾～第7弾抽選会では、以下の検査キットがあたる抽選に参加できます！〕

～マイ・レコ抽選会～

5つの検査項目のうち1つの項目を選択いただき、当選した方には唾液や尿で測定する検査キットを郵送でお送りします。

第4弾：12月1日(日)～14日(土)

第5弾：12月16日(月)～26日(木)

第6弾：令和7年1月6日(月)～14日(火)

第7弾：1月16日(木)～30日(木)

各回50ポイントで抽選に参加できます！

抽選結果は、アプリ内でお知らせします。

ソイチェック
(尿検査)

体内で女性ホルモンが働きを促すエクオールが産生できているかを測定

女性におすすめ
エクオールチェック

サピチェック
(尿検査)

身体が活性酸素によってどのくらい酸化しているかを測定

アンチエイジングに興味がある方へ

プレミーチェック
(尿検査)

健康な身体を作るために必要な栄養素「たんぱく質」が足りているかを測定

たんぱく質の摂取量が気になる方へ

バリアチェック
(唾液検査)

喉や肺、気管支など粘膜表面の免疫前線で闘うIgA抗体がどのくらいかを測定

粘膜の表面で病原体と闘うIgAを測定

スパイクチェック
(尿検査)

糖尿病のリスクである食後の急激な血糖値の上昇が起こっていないかを測定

将来の糖尿病リスクが気になる方へ



チャレンジ期間内に、泉穴師神社をライトアップ！ これを機にナイトウォーキングをはじめてみませんか？

泉大津市では、魅力のある地域資源の活用や地域活性化を目的として「光の演出で心を彩るライトアップ」を、(株)タカショーデジテックと連携して実施します。

(株)タカショーデジテックの技術を活用したライトアップを実施し、いつもとは一味違う魅力あふれる泉穴師神社をお届けします！

(場所) 泉穴師神社(住所：泉大津市豊中町1丁目1-1)

(点灯期間) 11月13日(水)～1月11日(土)

(点灯時間) 18時～21時

★宮司による「泉穴師神社ナイトツアー」を開催！(事前申込制)

点灯期間中、泉穴師神社の魅力あふれるスポットを宮司が案内するナイトツアーを開催します。普段公開されていない本殿(国の重要文化財に指定)や泉穴師神社の森(大阪みどりの百選に選出)を宮司の解説と共に巡ることで、神社の歴史や魅力を再発見できるツアーとなっています。

(日程) ①11月16日(土) ②12月1日(日) (時間) 18時～19時

(定員) 各回：先着20名

QRコードからご予約ください→



▶平成30年 台風21号の影響で倒れた御神木

主催：泉大津市 後援：一般社団法人足の8020

問合せ先：泉大津市役所 成長戦略課

0725-33-1131

senryaku@city.izumiotsu.osaka.jp