

達成賞が選べます!

11月1日～12月31日の間に、歩数を70%以上記録(43日間以上)された方は、A～Fの中から達成賞を選ぶことができます。

A FORTEC ランチポット (400ml ステンレス鋼2重断熱)

野菜スープやリゾットもランチに携帯。冷たいものOK。どの色が届くかお楽しみ



B プロナード ボディバック (35cm×15cm×(マチ)8cm)

斜め掛け、ウエストポーチ両用です



C recolte ソロブレンダー

1人用でコンパクト。作ったジュースがそのまま飲めて、片付けも簡単。どの色が届くかお楽しみ



D タニタ社員食堂 レシピ本 計量スプーン付き (9種類計量)

500kcalのメニューで満足レシピ



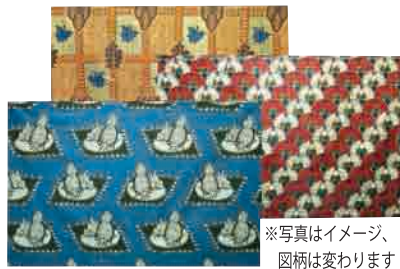
E 名湯の入浴剤

寒い季節に名湯の温泉気分で心も体もリラックス!



F アフリカ布のランチョンマット(2枚組)

カラフルで大胆なデザインが特徴。リバーシブルで4図柄が楽しめる★150人限定(超えた場合は抽選)



(株)バラカ
URL <http://www.africafe.jp/>

WebでウォーキングLife!

'13
習慣改善
プログラム



活動量計配布!

2カ月で南アフリカを踏破しよう

※記念品は現在の予定です。終了時に購入が困難になったものには代替をご用意いたします。

問い合わせ先	直通	内線
東京本部 (名古屋含む)	03-5540-7540	61803
北海道 (健康相談室)	011-281-2134	3124
大阪支部	06-6201-8496	5533
西部支部 (福岡本部)	092-477-6884	5014
朝日放送支部	06-6457-5255	5255

- ★ エントリー期間 10月10日(木)～20日(日)
- ★ プログラム期間 11月1日(金)～12月31日(火)
- ★ 参加できる方 被保険者 & 朝日健保加入の配偶者と40歳以上の家族

朝日新聞健康保険組合