

# 第2弾開催



# ぎふモーニングプロジェクト

## 健康管理モニター

健康管理アプリをインストールしてあなたもカンタン健康チェック!

モニター募集中!!

※各店舗実施イベントの前営業日まで。定員に達し次第締め切ります。



皆さん、最近「ちょっと体重が減った」「お茶や汁物でむせる」「ものを食べてもおいしく感じない」など気になることはありませんか？  
もしかしてそれは、加齢に伴うフレイル（健康と要介護状態の間）かも知れません…。でもフレイルは、バランスのとれた食事を摂ることや口腔ケア、適切に体を動かす、趣味やボランティアなどの社会参加をすることで改善が期待されます。

### 募集要件

- ◆ 年齢が18歳以上の方
- ◆ 本人の署名により参加に同意していただける方
- ◆ スマートフォンを用いて健康管理アプリのインストールが可能な方（健康管理アプリによる1年間のデータ入力）
- ◆ 各会場（喫茶店）でのキックオフイベントにご参加いただける方（※1～3月に実施したキックオフイベント未参加者に限る）

### イベント参加費無料!! (コーヒー代も無料)

- 健康講座
- 管理栄養士による栄養講座
- 健康管理アプリの説明
- 健康気づきチェック

※店舗毎に実施する内容は異なります。

### 応募方法

ご希望の喫茶店（裏面記載）に**来店**または**電話**でお申込ください。



### 健康管理アプリについて

県内の喫茶店に集う方の健康・フレイル状態の把握やフレイル予防への可能性を検討するため、健康管理アプリのデータを約1年間収集することを目的としています。

1



AI健康アプリ「カロママ プラス」をインストール!!

<https://calomama.com/>

※アプリの利用料は無料です。別途通信料はご自身でご負担いただけます。

2

アプリの継続利用でポイントを貯める

- ・日々の生活記録(食事・運動・睡眠等)の入力
- ・アンケート調査への回答
- ・対象薬局で健康相談 など

3

貯まったポイントで喫茶店の**コーヒークーポン**を獲得

詳しくは〈県公式HP〉をご覧ください ▶



主催

岐阜県 / 一般社団法人日本セルフケア推進協議会

問い合わせ先

岐阜県 健康福祉部 健康推進課  
TEL:(058)272-8190



## 喫茶店キックオフイベント開催スケジュール(4月～5月)

開催日時	曜日	開始時間	店舗名	住所	電話番号
4月8日	水	14:00	珈楽 珈琲店	瑞穂市穂積1465-1	058-326-1673
4月11日	土	14:00	カフェ・カーダモン	岐阜市本荘西3-190	058-251-1059
4月14日	火	13:00	和カフェ 珈凜	羽島郡笠松町門間32-2	058-372-3775
4月16日	木	10:00	カムカムスワロー	岐阜市早田大通2-8-1	058-216-3333
4月19日	日	14:00	Coffee ASA	岐阜市茜部辰新1丁目150	058-272-6278
4月20日	月	14:00	Cafe mypocke	岐阜市福光東2丁目5-10 トワイエ福光東	080-2470-6604
4月21日	火	15:00	茶えずり	岐阜市一松道1-47	058-240-1793
4月23日	木	14:00	CAFÉ DE B.C.B.G (ベーセベージュ)	岐阜市九重町3丁目2	058-247-1556
4月24日	金	13:00	Cafe Laughing (カフェラフィング)	大垣市三津屋町4丁目72-2	0584-84-3339
4月27日	月	9:30	おもてなし舞	岐阜市芥見3-256	058-213-2187
4月27日	月	13:15	着裳乃の縁	岐阜市日ノ出町1-14	090-9925-4342
5月12日	火	9:30	珈琲 ゆるりん	岐阜市野一色5丁目7-17	058-249-2110