

楽楽ウォッチご利用者様

下諏訪町地域包括支援センター
センター長 河西 正 訓

楽楽スポット開設のご案内

皆さまにおかれましては、益々ご清栄のこととお喜び申し上げます。

又、常日頃、社協活動に関しまして、ご高配を賜り深く感謝申し上げます。

楽楽ウォッチのデータ保存及び印刷ができる「楽楽スポット」を、町内4か所に開設いたします。

皆さまの健康の維持、介護予防の増進にご活用ください。

楽楽スポットでできること

① 楽楽ウォッチ内に保存された「歩数」「活動量」等のデータを保存できます。

※楽楽ウォッチに保存可能なデータは90日分です。定期的に足を運んでいただき、データを保存されることをお勧めします。

② 「歩数」「活動量」等のデータをグラフ化して印刷できます。

※定期的にグラフを印刷して、健康づくりに活かしてください。

開設場所：① 下諏訪町立図書館

② 健康ステーション

③ 諏訪湖博物館・赤彦記念館 ④ 下諏訪町老人福祉センター

※ 裏面に地図、開設時間、定休日を載せましたのでご参照ください。

開設時間：利用時間は各施設の開館時間により異なります。

私が目印だよ！



下諏訪町社会福祉協議会
キャラクター
オルニコットちゃん

お問い合わせ：下諏訪町地域包括支援センター TEL 26-3377 (赤坂・両角)

裏面へつづく

楽楽スポットマップ

町内 4 か所に設置されたスポットで活動量計をかざすと、
ご自身の活動量をグラフで見ることができます。

定期的にスポットに出かけて、自分の活動量を確認し、
日々の運動量の参考にしてください。

