



和歌山県PRキャラクター きいちゃんのワンダフルわかやま

和歌山のすばらしいモノや地域の自慢などを「きいちゃん」が紹介します！
今回は、「みんなで実践！健康づくり運動ポイント事業」についてご案内します。



専用WEBサイト

わかやま健康ポイント

スマートフォンアプリ



参加者全員が対象となるキャンペーンを定期的に開催するよ。
3月のミッション(目標)達成者の中から抽選で30名の方にステキな賞品をプレゼントするワン！



ウォーキングやラジオ体操などでポイントを集めてね！



参加してみませんか？
みんなで実践！健康づくり運動ポイント事業



生涯にわたり健康を維持するために、運動習慣の継続が大切です。県では、1日8,000歩運動の実践を呼びかけるとともに、「みんなで実践！健康づくり運動ポイント事業」を昨年10月から行っています。

参加者は、個人や自治会、グループ(趣味のサークルなど)で運動することでポイントを獲得できます。個人では、毎日の歩数や運動記録の管理ツールとして、自治会やグループでは、それぞれのコミュニケーションツールとして

活用できます。さらに、毎月のポイントランキング公開や健康キャンペーンなどもあり、県民の皆さんが手軽に楽しみながら参加できる仕組みです。

また、スマートフォンアプリをダウンロードすると日々の歩数が自動で集計できます。参加ご希望の方は、専用WEBサイト、スマートフォンアプリ、申込用紙のいずれかにより、お申込みください。さあ、皆さんも健康づくりを始めるきっかけとして、参加してみませんか。

問 県庁健康推進課 ☎073-441-2656



第56回 和歌山県スポーツ賞

県ではスポーツに関し功績のある方々を顕彰しています(敬称略)
問: 県教育庁スポーツ課

スポーツ栄誉賞



【ライフル射撃競技】
出来可也
県ライフル射撃協会役員として、ジュニア選手の育成をはじめ、競技の普及・発展に尽力

スポーツ優秀指導者賞



【卓球競技】
すぎい こうし
杉井 孝至



【バレーボール競技】
ふくい まさと
福井 将人



【ソフトテニス競技】
たかやま つとむ
高山 勉

マイナンバーカードをつくらう！

マイナンバーカードは確定申告などの場面でマイナンバーの提示と本人確認が、これ1枚でできる唯一のカードです。マイナンバーカードを利用し、コンビニで住民票の写しなどの証明書類を発行するサービスを実施している自治体もあります。カードの発行手数料は無料ですので、ぜひ取得してください。



マイナンバー総合 ☎0120-95-0178
問: 県庁市町村課、市町村

人権 連 載 ころの気づき

インターネットを正しく利用しましょう

問 県庁人権政策課

☎073-441-2563

インターネットは知りたい情報を簡単に収集したり、世界中の人と気軽に交流したりできるほか、ブログやインターネット上の掲示板などで自分の考えを簡単に発信できる非常に便利な道具で、身近なものとなっています。

しかし、インターネット上で発信された情報は匿名性が高く、すぐに不特定多数の人に伝わるだけでなく、一度発信された情報は完全に消すことが難しくといった特性があり、悪意をもって使うと、人を傷つける道具にもなります。

現在、インターネット上と同和地区やその関係者、外国人、障害のある方などに対して、根拠のない悪口や嫌がらせなどの心無い書き込みが見られます。

このような書き込みは人の心を傷つけるだけでなく、人権侵害や差別を助長する行為であり、決して許されるものではありません。

私たち一人ひとりが、インターネットの特性について理解したうえで、ルールやモラルを守り、お互いの人権を尊重する気持ちを持ってインターネットを利用しましょう。