

健康づくりポイント事業 はじめます！

東成瀬村では、村民のみなさんに楽しみながら継続して健康づくりに取り組んでもらうことを目的に、令和6年度から新しく『健康づくりポイント事業』を始めます。

○ どんな事業？

健（検）診受診や健康教室等への参加、自主的な運動などに取り組むことで、健康ポイントが貯まります。貯まったポイントに応じて特典と交換できます。

○ 対象 18歳以上の村民の方

☆ ポイントを貯めると必ず特典と交換できます！

やまゆりコース(5ポイント) 1,000円相当



衛生用品



防災グッズ など

仙人コース(10ポイント) 2,000円相当



村商品券 1,000円分



衛生用品
防災グッズ など

※ 衛生用品・防災グッズの内容は選べません ※ 特典内容は変更になる場合があります

問い合わせ：健康福祉課 保健師 TEL 47-3410

○ 参加方法

① 下部の申込書を記入し、健康福祉課窓口へ提出 または 電話で申込み

申込期間： 令和6年4月22日（月）～ 令和7年2月28日（金）
 電話番号： 47-3410
 ※ ポイントカードは後日郵送します

② 対象事業参加で健康ポイントをゲット！

ポイント付与期間： 令和6年4月22日（月）～ 令和7年2月28日（金）
 対象事業： 中面をご覧ください
 ☆ 申込前に参加した事業もポイントの対象になります
 （※ 参加を証明できるものの提示をお願いする場合があります）

③ 5ポイント、10ポイントを貯めて特典をゲット！

カード提出先：健康福祉課窓口へ提出
 特典申込期限：令和7年2月28日（金）（土日・祝日、年末年始を除く）
 特典交換期限：令和7年3月31日（月）
 ☆ 特典の準備ができましたら、申請書記載の電話番号にご連絡します



切り取り線

健康づくりポイント事業参加申込書 令和 年 月 日

| 氏名 | 住所 | 生年月日 | 電話番号 |
|----|------|---------------|------|
| | 東成瀬村 | (昭和・平成) 年 月 日 | |
| | 東成瀬村 | (昭和・平成) 年 月 日 | |
| | 東成瀬村 | (昭和・平成) 年 月 日 | |
| | 東成瀬村 | (昭和・平成) 年 月 日 | |

○ **対象事業一覧表** (対象事業は随時追加します)

| 担当課 | 事業名 | 実施対象期間 (予定) | 条件 | ポイント数 | ポイント上限 |
|--------------------------|---|--|--|----------------|-----------------------------|
| 健康福祉課 | 健診関係 | | | | |
| | ★ 各種健診、人間ドック | 〈集団〉 総合検診：6/17～21、9/25 婦人科検診：7/18、19 | ★ 特典申込の必須ポイント 医療機関・職場受診は、 健康福祉課窓口へ結果持参 | 各健(検)診につき1ポイント | 最大1ポイントまで |
| | | 〈個別〉 4月～2月末に各自で受診 | | | 最大2ポイントまで |
| | | 各種がん検診等 (胃、大腸、肺・結核、子宮、乳) その他検診 (成人・後期歯科、肝炎、ピロリ菌、骨粗鬆症) | 個別に通知します | | 医療機関・職場受診は、 健康福祉課窓口へ結果持参 |
| | 健康教室・健康づくり関係 | | | | |
| | 筋力アップ教室 | 4月～2月 | 全日程の8割参加 | 各1ポイント | 最大4ポイントまで |
| | 脳活教室 | 5月～8月 | | | |
| | フレイル予防教室 | 対象者に通知します | | | |
| | ふれあいいきいきサロン | 4～6月、12～2月 | 保健師担当(健康教室)回のみ | | |
| | 健康管理応援事業 | 4～2月 | 目標達成者に付与 | | |
| | 料理伝達講習会 (食生活改善推進協議会活動) | 6～2月 | | | |
| | 献血(村内・外) | 村内:4月11日 村外:4～2月 | 献血後、献血カードを 窓口へ持参 | | |
| | 講演会関係 | | | | |
| | 健康づくりフォーラム | 8月頃 | | 各1ポイント | 最大2ポイントまで |
| いのちを考えるつどい | 11月頃 | | | | |
| 健康展(産業祭内) | 10月下旬 | | | | |
| スポーツ関係(教育委員会、その他) | | | | | |
| 教育委員会 | スポーツクラブ | 5～2月 | 入会時 | 1ポイント | 最大4ポイントまで |
| | 村民スポーツ祭 | 秋頃 | 1イベントまで | 1ポイント | |
| | 生涯教育(スポーツ関連) 〔ヨガ・エアロビ・リンパケア・パークゴルフ〕 〔体幹トレーニング・太極拳・バトミントン〕 | 6～11月 | 全日程の7割参加 | 各教室につき1ポイント | |
| | 自主トレーニング (散歩、ウォーキング、ジムトレーニング など) | 4～2月 | | 1ポイント | |
| その他 | | | | | |

※ **注意事項**

- ・申請は、年度内1人1回のみです。カードを紛失した場合は再発行しますが、事業に参加した証明がある事業分のみポイントを付与します。
- ・スタンプカードや健康ポイントは、他者との共有や譲渡、来年度への繰越はできません。
- ・参加者は、一般・特定・後期高齢者健診、人間ドックのいずれかを受けていることが必須となります。村の総合検診以外の健(検)診を受診した方は、健康福祉課窓口まで結果をご持参ください。
- また、定期受診等の医療保険による検査は対象外です。
- ・特典申込の提出期限を過ぎると、ポイントは無効となりますので、ご了承ください。
- ・特典は、年度内1回、どちらかのコースのみの申込となります。

○ **ポイントの貯め方 例**

やまゆり コース (5ポイント)

| | | | | |
|----------------|--------------|----------|------------|------------|
| ★ 特定健診 必須1P | 子宮がん検診 1P | 献血 1P | エアロビ 1P | 自主トレ 1P |
|----------------|--------------|----------|------------|------------|

仙人 コース (10ポイント)

| | | | |
|----------------------|--------------------|-----------------------|------------|
| ★ 後期高齢健診 必須1P | 肺・胃・大腸がん検診 2P | ふれあい いきいきサロン 1P | 脳活教室 1P |
| 健康づくり フォーラム 1P | リンパケア・パークゴルフ 2P | いのちを考える集い 1P | 自主トレ 1P |