

健康ポイント事業

いよいよ始動

ページ番号
1015169



市民の皆さんが健康づくりに取り組むきっかけの一つになるよう、4月1日から健康ポイント事業が始まります。ポイントを貯めて、お得に健康になりましょう。

健康・福祉
国保・年金

ポイント獲得の例

- ▽歩く、自転車に乗る(毎日) 1~9ポイント
- ※歩数・自転車の走行距離に応じて
- ▽個人目標の達成(毎日) 3ポイント
- ▽1週間の目標達成(毎週) 10ポイント
- ▽体重測定(毎週) 5ポイント
- ▽健診の受診(年1回) 50ポイント
- ▽BMIの改善(毎月) 10ポイント

1年間で貯まったポイントは、翌年度に5000ポイントを上限に、下の表の

特典は

貯まったポイントで受けられるサービスや

歩く、自転車に乗る、といった運動や、体重の記録、健診の受診などが対象です。

ポイントが貯まる活動は

運動や健診の受診など、市内在住の18歳以上の人が健康づくりに取り組むとポイントが貯まり、貯まったポイントでサービスや特典が受けられます。

健康ポイント事業とは

運動や健診の受診など、市内在住の18歳以上の人が健康づくりに取り組むとポイントが貯まり、貯まったポイントでサービスや特典が受けられます。

スマートフォン用アプリの画面の例



次の2種類の方法があります。
▼スマートフォン用アプリの場合 アプリをインストールし、参加登録する。アプリで健康づくりの活動の記録や管理ができ、自動的にポイントが貯まります。
▼活動記録票での場合 参加申込書に必要事項を記入

参加方法は

物品などと交換できます。ただし、物品などとの交換は事業参加から3年までです。さらに、1年間で貯まったポイントが3000ポイントを超えた場合は、飲食店などで使える割引券がもらえたり、協賛企業提供物品がもらえる抽選へ参加したりすることがあります。なお、ポイントを交換できるのは来年度からです。また、貯まったポイントは1年間でリセットされます。

ポイント交換物品の例

1ポイント=1円

ろまんちっく村湯処めぐり回数券(6回)	2,550(60歳以上は2,300)ポイント
梵天の湯大浴場回数券(9回)	4,590(60歳以上は4,140)ポイント
市営駐車場回数券(100円券36枚つづり)	3,000ポイント
バスカード	1,000~5,000ポイント
図書カード	500~5,000ポイント
寄付(プロスポーツチームなど)	1ポイント~

し、健康増進課(竹林町・保健所内)または各区分へ提出。その後、健康増進課から送付される活動記録票に、自分で健康づくり活動を記録し、定期的に健康増進課または各区分へ提出。なお、参加申込書は、健康増進課各区分で配布・受け付けている他、市HPからも取り出すことができます。

- ◎スマートフォン用アプリの配信は4月1日からです。アプリは、右のQRコードをスマートフォンで読み込むと表示される健康ポイント事業専用QRからダウンロードできます。
- ◎参加申込書の配布・受け付けは4月2日からです。
- ◎この特集についての問い合わせは、健康増進課☎(626)1128へ。



ページ番号を市HPのトップページで入力してみてください。
関連ページが見られます。