

# けんこう めむろ☆健康ポイント 制度事業

35歳以上の町民の方が、  
健康ポイント対象事業※を受けて、参加して、  
健康ポイントを貯めると、  
健康になって、さらに商品券(芽室町商工会商品券)ももらえます！  
5ポイントごとに500円の商品券と交換！  
20ポイント貯めると、体育施設共通利用券と交換もできます！  
(交換方法は裏面下です)

※健康ポイント対象事業（対象事業一覧は裏面です）

健康目標 1  
特定健診・基本健診  
を受ける  
★★★★★  
4ポイント

健康目標 2  
各種がん検診等  
を受ける  
★  
各1ポイント

健康目標 3  
健康づくり教室等  
に参加する  
★  
各1ポイント

健康目標 4  
あなたの健康目標を  
立てて、6か月間  
取り組む  
★  
各1ポイント

こんな方、いませんか？

- カードがない方 ➡ すぐに発行します！！
- カードが何枚もある方 ➡ 1冊にまとめます！！
- 健診を受診したけど、ポイントをもらってない ➡ ポイント押します！！

健康ポイントカードは、こんなカードです。

※有効期限が29年度までのカードは、平成30年3月26日までが期限です。

めむろ☆健康ポイントカード	めむろ☆健康ポイントカード
有効期限 28年度～29年度	特定健診を受ける「健康目標1」
氏名： _____	各種がん検診を受ける「健康目標2」
生年月日： _____年 _____月 _____日	健康づくり事業に参加「健康目標3」
住所： _____	運動・食事の目標に取り組む「健康目標4」
電話番号： _____	ポイントを貯めて、商品券または共通利用券と交換しましょう。
	交換には印鑑をお持ちください。

めむろ☆健康ポイントの問合せ先

芽室町 保健福祉課 保健推進係 ☎62-9724

# 芽室町健康ポイント制度対象事業一覧

## ①健康目標 1：健康診査の受診 = 4ポイント

事業等	実施場所	押印窓口	備考
すこやか健診	公立芽室病院	公立芽室病院	
巡回ドック	保健福祉センター	保健福祉課	
帯広厚生病院施設ドック	帯広厚生病院	保健推進係	健診結果持参
国保特定健診、後期高齢者基本健診	町内医療機関	町内医療機関	
脳ドック	帯広厚生病院・協会病院・北斗病院	保健福祉課	健診結果または領収書持参
職場健診、定期通院中血液検査等	各職場、病院による	保健推進係	健診結果持参

※ 定期通院中の検査データについては、空腹時血糖、ヘモグロビン A1c、血中脂質、肝機能、尿検査の結果が含まれているものに限りません。

※ すこやか健診・巡回ドック・厚生病院施設ドックを受診された方は、健康目標1と健康目標 2 の二つのポイントが獲得できます。

## ②健康目標 2：がん検診等の受診 = 胃・肺・大腸・前立腺・子宮・乳・肝炎・エキノкокクス・歯科 = 各 1ポイント

事業等	実施場所	押印窓口	備考
すこやか健診	公立芽室病院	公立芽室病院	
巡回ドック	保健福祉センター	保健福祉課保健推進係	
帯広厚生病院施設ドック	帯広厚生病院		健診結果持参
子宮頸がん検診・乳がん検診	公立芽室病院	公立芽室病院	※乳がん検診は 40 歳以上
	保健福祉センター	保健福祉課保健推進係	領収書持参 ※乳がん検診は 40 歳以上
	帯広市内医療機関		
マルチスライスCT肺がん検診	公立芽室病院	公立芽室病院	
上記以外のがん検診等	保健福祉センター	保健福祉課保健推進係	※前立腺がん検診は 50 歳以上

## ③健康目標 3：健康づくり教室等への参加 = 各 1ポイント

事業等	実施場所	押印窓口
総合体育館の教室(エアロビクス教室・ミドルエイジ講座等)	総合体育館	総合体育館
温水プールの教室(アクアビクス・エンジョイ SWIM 等)	温水プール	温水プール
おなかまわりスツキリ塾	保健福祉センター	保健福祉課保健推進係
からだイキイキ運動塾	体力増進施設ひまわりⅡ	保健福祉課保健推進係
腰痛らくらく教室・ふまねっと等	体力増進施設ひまわりⅡ	社会教育課スポーツ振興係
町内施設を利用(団体料金を支払い)した団体での運動	町内施設	利用料を納付している施設 (総合体育館、温水プール、健康プラザ)
その他、団体での定期的な運動	各団体による	保健福祉課保健推進係(要相談)
出前健康講座・保健福祉課担当の健康に関する講演会		保健福祉課保健推進係(要相談)
チャレンジデー(平成29年5月31日(水))		当日実施施設(押印は当日のみ)

※事前申し込みが必要な教室・講座もあります。また、教室・講座により開始時期や対象年齢が異なります。

詳細は押印場所の担当に直接ご確認ください。また、教室・講座名は変更となる場合がございます。

### ポイント 交換方法

商品券交換日は、**毎月 10日 と 25日**です。(9:30~16:30)

※土日祝日の場合は、下記のとおり変更します。

6月 は 12日 と 26日、9月 は 11日 と 25日、

11月 は 10日 と 27日、12月 は 11日 と 25日、

2月 は 13日 と 26日、3月 は 12日 と 26日

交換場所は、保健福祉センター(あいあい21)です。

印鑑も  
忘れずに

ポイントカードの  
有効期限は 2 年間です。  
捨てずにご利用ください。