

ふらの健康マイレージ事業に参加しよう！

健康マイレージ事業とは？

市民の主体的な健康づくりを促すとともに、健康診断やがん検診などを受診し、市で実施する健康づくり講演会・健康イベント等に参加して集めたポイントを特典と交換することで健康づくりへの関心を高めてもらう取り組みです。

♥初めて特定健診を受ける方・新40歳で受ける方には、500円分の商品券を差し上げます。

♥今年度も皆さんのウォーキングの歩数をポイント化して健康づくりを応援します。

対象者

20歳以上の市民

100ポイントで達成！！もう少し頑張りたい方は200～400ポイント達成もあります

参加方法

①ポイントカードをもらいます

参加登録申込書に必要事項を記入し、保健センター1階（保健医療課）へ提出してポイントカードを受け取ってください。

※参加登録申込書は市ホームページからもダウンロードできます。

②ポイントをためます

対象事業（別紙一覧表参照）に参加（受診）してポイントをためます。

※ポイント付与は、保健医療課窓口ポイントカードを持参し、対象事業に応じてスタンプを押印しますので、健診（検診）を受けたことがわかる書類や献血カードなどを持参してください。

提出期限は令和4年3月31日まで。

③ポイントがたまったら特典をもらいます（100ポイント・200ポイント・400ポイント）

上記の達成ポイントがたまったらポイントカードを提出し、特典を選んでください。

【特典】①ふらの市内共通商品券 ②がん検診助成券

※100ポイントで500円分、200ポイントで1,000円分、400ポイントで1,500円分の希望する特典をもらうことができます。

※がん検診助成券は、令和3～4年度の期間中、集団のがん検診で使用することができます。

注意事項

・「ウォーキングチャレンジ」でポイントをためる場合は、専用の記録用紙がありますので使用してください。また、「ヘルスケアチャレンジ」についても、応募時に取り組み状況について記録の提出をお願いします。記録票の様式は、市ホームページからもダウンロードできます。