



新温泉町健康ポイントをためて、健康と商品を獲得しよう！！

特定健診の受診、健康づくりに関する講座・イベント等への参加、健康づくりに関する日々の取組等でポイントがたまると、商品と交換ができます。

### ■対象者

新温泉町に住所を有する方で、18歳以上の方（高校生は除く）

### ■取組方法

役場健康課 または すこやか～にの窓口で「健康ちやれんじ事業実践記録簿交付申出書」を提出し、「実践記録簿」の交付を受けます。

健康づくりに関する日々の取組の内容及び、取得したポイント数を実践記録簿に自分で記録し、目標ポイントがたまったら賞品と交換ができます。（自己申告制）

### ■取組期間

令和7年4月1日～令和8年1月31日まで

新温泉町健康ちやれんじ事業実践活動項目

| No. | 活動項目                 |  | ポイント数                      | 備考                      |
|-----|----------------------|--|----------------------------|-------------------------|
| 1   | 健康診断                 | 特定(基本)健診、職場健診、人間ドック、各種がん検診、肝炎ウイルス検診、骨粗しょう症検診、女性検診などの受診 | (いずれか1つ以上の受診で)<br>20ポイント/年 | 年度中1回のみ加算可能             |
|     |                      | 歯周病検診を受診   | 5ポイント/年                    |                         |
| 2   | 健診結果についての説明会・相談会に参加  |  | 10ポイント/年                   | 1回参加ごとに加算可能<br>※年最大5回まで |
| 3   | 特定保健指導に参加            |  | 10ポイント/年                   |                         |
| 4   | 健康づくりに関する講座・イベント等に参加 |  | 5ポイント/回                    | ①～③の活動をした場合、1日最大4ポイント   |
| 5   | 健康づくりに関する日々の取組       | ① ウォーキング (1日3,000歩～4,999歩)                             | 1日につき1ポイント                 |                         |
|     |                      | ① ウォーキング (1日5,000歩以上)                                  | 1日につき2ポイント                 |                         |
|     |                      | ② 運動(ジョギング、ラジオ体操、いきいき百歳体操、グラウンドゴルフなど)                  | 1日につき1ポイント                 |                         |
|     |                      | ③ 体重測定または血圧測定  | 1日につき1ポイント                 |                         |

### ■ポイント交換

ポイントを賞品と交換される方は、「新温泉町健康ポイント交換申出書」・「実践記録簿」・「アンケート」を役場健康課 または すこやか～にに提出してください。（毎年度、1人1回限り）

交換できる最大ポイントは500ポイントまでです。

#### ★町合併 20 周年の記念特典

ポイントを賞品と交換した方全員に「町内の温泉施設の入浴券（1回分）を進呈します。

### ■ポイント交換期限

ポイントがたまり次第～令和8年2月27日まで

交換できる賞品と交換に必要なポイント数

| 賞品                                     | 交換ポイント数 |
|--|---------|
| 町指定ごみ袋(プラスチック製容器包装)<br>45リットル・10枚入り 1袋 | 250ポイント |
| 町指定ごみ袋(その他紙製容器包装)<br>45リットル・10枚入り 1袋   | 250ポイント |
| クオカード 500円分                            | 300ポイント |
| 町内の温泉施設の入浴券(2回分)                       | 400ポイント |
| クオカード 1,000円分                          | 500ポイント |

問合せ先

新温泉町役場 健康課 健康推進係（保健福祉センター すこやか～に内）TEL 0796-99-2940