

本巢市健康ポイント応募用紙

必須ポイント[健(検)診を受診]を含む、合計10ポイント以上を貯め、この健康チャレンジシートを提出した人は、市の抽選会への応募ができ、ミナモ健康スポーツカードがもらえます。

☆下記のアンケートに回答し、必要事項を記入して提出してください。

健康ポイント事業に関するアンケート レ点で回答してください

Q1 参加年数を教えてください。
 初めて 2年目 3年目 4年目以上

Q2 健康ポイント事業により、健診(検診)を受診しようと思いましたが。
 はい いいえ 毎年受診している

Q3 健康ポイント事業により、生活習慣に変化がありましたか。(複数回答可)
 運動習慣がついた 食習慣が改善した
 血圧・体重・体脂肪をチェックするようになった
 その他() 特に変わっていない

Q4 健康ポイント事業により、成果があったことはありましたか。(複数回答可)
 体重が減った 体脂肪が減った 腹囲が減った 血圧が下がった
 健診結果(血液検査などの数値)が改善した 1日の運動量(歩数など)が増えた
 その他() 特になかった

Q5 来年も健康ポイント事業に参加したいですか。
 はい いいえ

ご記入頂いた個人情報は健康づくりポイント事業以外の目的には使用しません。

氏名： () 歳 男 ・ 女

住所：本巢市

電話番号： - -

☆本巢市健康ポイント抽選券☆ アプリ

住所：〒

本巢市

氏名：

電話番号： - -

これからも健康づくりに取り組むも!



本巢市



ポイント貯めて! 楽しく健康づくりだも!

健康ポイント事業

健康ポイント事業とは...

★本巢市に住民登録のある19歳以上の人が対象です★
 各種健(検)診を受けるほか、健康づくりに関するイベント参加や、自身の健康づくりに取り組むことで「健康ポイント」が付与されます。

STEP1 健康ポイントを10ポイント以上貯めよう!

必須ポイント

健(検)診を受ける

※職場での受診も可



健康づくりメニュー

健康関連のイベント・講演・教室・施設を利用(中面参照)すると、ポイントが獲得できます。

または

マイチャレンジポイント

自分の目標を立て1ヶ月のうち15日以上取り組むと、ポイントが獲得できます。

各ポイントについては中面をご覧ください

STEP2 健康チャレンジシートを提出して特典をもらおう!

★特典1



抽選で下記景品が当たります!

A賞	B賞	C賞	D賞
ゆ〜みんぐ回数券 (11回分)	DCモーターサーキュレーター	おうちトレーニングセット	もとまる商品券 (2,000円分)
3名	5名	10名	10名

★特典2



ミナモ健康スポーツカードがもらえます

ミナモ健康スポーツカードの特典の情報はこちらへ



★特典3



県が主催する抽選会にも応募ができます

詳しくはチャレンジシート提出時に!

★お問い合わせ・提出は下記保健センターまで★

真正保健センター ☎058-320-0153
 糸貫保健センター ☎058-320-0500

本巢保健センター ☎0581-34-5028
 根尾保健センター ☎0581-38-9038

令和5年度の受付期間は
 令和6年1/4~1/31です