

すその健康マイレージ 参加者を募集

4月21日(月)～6月13日(金)

すその健康マイレージは、健康的な食生活や適度な運動を続けたり、健診などを受けたりするとマイルが貯まり、15マイルになると特典を受けることができる事業です。参加者の募集を4月21日から開始します。昨年度と比較し、マイルの貯まる対象事業も増えるなど、マイルが貯まりやすくなりました。



対象者

4月1日現在で、市に住民登録されている18歳以上の方

募集人員

1,000人(先着順)

◆マイルが貯まるチャンスが拡大！

その1

マイルを貯められる事業が増えました。

〈対象事業〉

市が行う70以上の事業のほか、指定団体でのボランティア活動など。子育てをしている保護者を対象とした事業が増えました。

- 図書館、生涯学習課、児童館などが行う乳幼児対象の事業
- 健康推進課が行う健診、講座、イベントなど
- 食事、運動、介護予防、心の健康づくりに関係する団体でのボランティア活動

その2

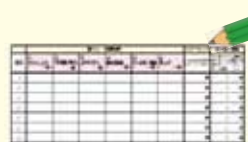
目標設定・記録でマイルが貯まる！

自分で生活習慣の改善目標を設定すると1マイル、その目標の実践状況を記録するとさらにマイルが貯まります。3カ月間記録すると1マイル、6カ月間記録すると2マイル、9カ月間記録すると3マイル貯まります。



〈例〉【目標設定】

私の目標はストレッチを週3回



目標の実践状況を3カ月間記録

2マイル貯まります。

その3

昨年の未達成マイレージカードを提出して加算！

25年度に達成できなかったマイレージカードを提出すると、貯まったマイルに応じてマイルを加算します。

25年度に貯まったマイル	26年度の加算マイル
1～8マイル	▶ 1マイル
9～14マイル	▶ 2マイル



その4

健診の早期受診でマイル加算

特定健康診査(国民健康保険の方に限る)、後期高齢健康診査、がん検診(市の助成を受けての受診に限る)を6～8月までに受けると、それぞれ1マイル加算します。

健康診査
2マイル

+

がん検診をすべて受診
男性7マイル
女性8マイル



+

6～8月に受診
健康診査1マイル加算
がん検診1マイル加算

▶

男性10マイル
女性11マイル
貯まります



参加方法

すその健康マイレージに参加して、
健康と特典を手に入れよう！

1. 参加者受付

4月21日(月)～6月13日(金)

健康マイレージ事業への参加を希望される方は、申請してください。健康マイレージカードを発行します。昨年度、未達成の健康マイレージカードがある方はお持ちください。

受付場所／健康推進課、社会福祉課、障がい福祉課、国保年金課、介護保険課、地域振興課、子ども教育課、消防総務課、深良支所、富岡支所、須山支所、南・北児童館、ヘルシーパーク裾野

2. マイルを貯める 15マイルで達成！ 4月21日(月)～平成27年3月20日(金)

対象の教室や相談、健診、ボランティアなどに参加した場合、予め決められたマイルが貯まります。15マイル貯まると達成です。

次の場合は、参加受付時にマイルを加算します。

- ① 70歳以上の参加 ▶ 2マイル
- ② 同居家族2人以上で参加 ▶ 1人につき2マイル
- ③ グループ（職場、友人など）5人以上で参加 ▶ 1人につき2マイル
- ④ 25年度の未達成のマイレージをお持ちの方（その3参照）

※①～③を併用する場合は、3マイルが上限です。

※②③は、同時に申し込みをした場合に限りです。

3. 達成者受付 特典に交換（11月4日(火)～平成27年3月27日(金)）

15マイル貯まったカードと引き換えに施設割引券と「ふじのくに健康いきいきカード」をお渡しします。

受付場所／健康推進課、社会福祉課

特典1

施設割引券 500円分(250円×2枚)を進呈します。割引券の使用可能期間は、達成受付日から半年間です。

①②どちらかを選択できます。

① グリーンカフェ花麒麟（市役所別棟）割引券

② ヘルシーパーク裾野割引券



特典2

ふじのくにいきいきカードを進呈

カードを県内の協力店で提示すると、優待を受けることができます。カードの使用可能期間は、達成受付日から1年間です。



ふじのくに

健康いきいきカード

協力店を募集

ふじのくに健康いきいきカードを提示したときに優待を受けられる事業所（店舗）を募集しています。協力店の登録を希望する方は、健康推進課へお申し込みください。