

『すその健康マイレージ』 参加者募集

すその健康マイレージに参加して、健康と景品を手に入れよう！

すその健康マイレージは、講座やイベントなどに参加して自分の健康づくりに役立てながらマイルを貯めていくものです。15 マイル貯めると「施設割引券 500 円分」と「ふじのくに健康いきいきカード」を差し上げます。

健康推進課

☎992-5711

すその健康マイレージとは

生涯にわたって健康的に過ごすためには、健康的な食生活・運動習慣・定期的な健診・積極的な社会参加の要素が大切です。すその健康マイレージはその4つの要素を取り入れた事業に参加し、自分の健康づくりに役立てながらマイルを貯めていくものです。

●貯めたマイルは

- ①市主催の事業以外でもマイル付与の対象となります。15 マイル貯まると特典があります。
- ②達成者受け付けの際に、希望者には2枚目以降のカードを交付します。2枚目以降の達成者には、抽選で協力店提供の景品が当たります。

対象者▶平成28年4月1日時点で市に住民登録がある18歳以上の方

すその健康マイレージへの参加方法

●参加者受付

参加を希望する方には「健康マイレージカード」を発行します。

受付期間▶平成29年2月17日(金)まで

カード発行▶健康推進課、市役所(社会福祉課、障がい福祉課、国保年金課、介護保険課、受付)、生涯学習課、各支所(深良・富岡・須山)、鈴木図書館、南・北児童館、ヘルシーパーク裾野

※市健康診査受診票同封物、市公式ウェブサイトダウンロード、本紙掲載のカードを切り取りしたものも利用できます。

●マイルを貯める

市で主催している教室や相談、検診、ボランティアなどに参加した際にマイルを付与します。他市町、民間、所属団体主催の事業でも自己申告でマイルを付与します。自分の生活改善目標を設定し、目標の実践状況を記録した場合もマイルが貯まります。

マイル付与期間▶4月25日(月)～平成29年2月17日(金)

●達成者の受付

15 マイル貯まると達成となります。特典と引き換えできます。

受付期間▶平成29年2月24日(金)まで

受付場所▶健康推進課、社会福祉課

特典▶①施設割引券(グリーンカフェ花麒麟またはヘルシーパーク裾野の500円分)を進呈

②ふじのくに健康いきいきカード(提示して県内の協力店で優待を受けるカード)を進呈

●2枚目以降のカードを達成した方は抽選で景品が当たる

達成者受付時に希望すると2枚目以降のカードを交付します。2枚目以降のカードを達成した方は、抽選で協力店提供の景品が当たります。達成したカードの枚数が多い方ほど当選の確率が高くなります。

※協力店提供景品の抽選は健康推進課で行い、当選者へは後日連絡をし、取りに来てもらいます。

協力店提供景品抽選日▶第1回目/7月13日(水)、第2回目/11月16日(水)、第3回目/平成29年3月3日(金)

▶点線で切り取ってお使いください

ふりがな

氏名 ()歳

住所 〒 -

裾野市

電話 ()

裾野市健康推進課 (☎055-992-5711)

平成28年度

すその健康マイレージ
マイレージカード

マイルを貯める期間

平成28年4月25日～平成29年2月17日

景品と交換する期間

平成28年4月25日～平成29年2月24日

景品抽選日

平成28年7月13日、11月16日

平成29年3月3日

すその健康マイレージ



スタート時の加算マイル

適 応	付与マイル数	備 考
① 70 歳以上	2 マイル	★①～③を併用する場合は最高3マイルまでとなります。 ★加算マイルは1枚目のカードのみです。
②同居家族2人以上での参加	2 マイル	
③グループ（職場、友人、サークル仲間など）5人以上での参加	2 マイル	

定期的な健康チェックでマイルをゲット

適 応	付与マイル数	備 考
特定健康診査・後期高齢健康診査	2 マイル ★結果が全て異常なし⇒2マイル加算 ★6～8月に受診⇒さらに2マイル加算	★職場などで受診した場合も左記に準じてマイルを付与します。ただし、6～8月に受診した場合のマイル加算はありません。
成人健康診査 (肝炎ウイルス検査・がん検診)	胃・大腸・肺がん検診⇒2マイル 肝炎・前立腺・子宮・乳がん検診⇒1マイル ★6～8月に受診⇒さらに2マイル加算	
特定保健指導	初回指導時に2マイル、6カ月継続者に2マイル	
人間ドック・脳ドック	2マイル	
成人歯周疾患検診・妊婦歯科疾患検診	2マイル	

生活改善への取り組み、教室や相談などの利用でマイルをゲット

適 応	付与マイル数	備 考
『無理なく こつこつ 健康貯金』	生活改善の目標を決める⇒1マイル 目標の実践状況を記録する⇒1カ月ごとに1マイル	★教室などは市主催の事業に限らず、誰でも参加できる他市町や県主催の事業、企業などが主催する事業も対象となります。 ★参加した日付と内容を記録しておいてください。
健康に関する教室・相談への参加	1回参加ごとに1マイル	
講演会・イベントへの参加	1回参加ごとに1マイル	
ボランティアへの参加	1回参加ごとに1マイル	



1枚目のカードに15マイル貯まると「施設割引券500円分」と「ふじのくに健康いきいきカード」と交換できます。
2枚目以降のカードに15マイル貯まると協力店提供の景品が当たる抽選に応募できます。

1	2	3	4	5
(/)	(/)	(/)	(/)	(/)
6	7	8	9	10
(/)	(/)	(/)	(/)	(/)

11	12	13	14	15
(/)	(/)	(/)	(/)	(/)

ご利用はご本人のみになります。
15マイル貯まったら健康推進課
もしくは社会福祉課へお越しください。

