

『すその健康マイレージ』の参加者募集

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、健康や講座、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

自分の健康づくりに 役立てながらマイルを貯めよう

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。

対象／平成30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

すその健康マイレージカードの作り方

本紙掲載のカードを切り取り、使用してください。カードは、市役所での発行や市公式ウェブサイトからダウンロードができます。6月上旬に発送する健康診査受診票にも同封します。

発行期間／平成31年2月15日(金)まで

発行場所／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

マイルの貯め方

市が主催している教室や相談・健診などに参加したり、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りした場合にマイルが貯まります。詳しい内容は、次ページの表をご覧ください。

マイル付与期間／平成31年2月15日(金)まで

達成者の受け付け

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31年2月22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)
- ②ふじのくに健康いきいきカード(提示すると県内の協力店で優待を受けられるカード)

2枚目以降のカードを達成した方

達成者受付時に希望があれば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。

※2枚目以降景品抽選の実施は健康推進課で行います。受付は抽選日の前日までです。当選者へは後日連絡しますので、取りに来てください。

協力店提供景品抽選会

とき／平成31年3月7日(木)

抽選用景品提供の協力店(順不同)／(株)フジヤマリゾート遊園地ぐりんぱ/J A南駿五竜庵/土屋商店/エブリィビッグデー裾野店/全日食チェーンひまわり佐野店/みどり作業所・グリーンカフェ花麒麟/(株)十里木温泉/(株)クリエイトエス・ディー裾野滝頭店/(株)クリエイトエス・ディー裾野茶畑店

▶点線で切り取って使ってください。

ふりがな

氏名 ()歳

住所 〒 -

裾野市

電話 ()

裾野市役所健康推進課 (☎ 055-992-5711)

平成30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

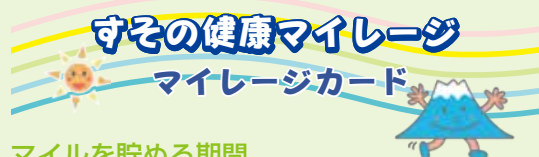
平成30年5月1日～平成31年2月15日

特典と交換する期間

平成30年5月1日～平成31年2月22日

景品抽選日※申し込みは抽選日の前日まで

平成31年3月7日



マイルの貯め方

スタート時の加算マイル

対象	付与マイル数	備考
40歳未満	2マイル	加算マイルは1枚目のカードのみです。

定期的な健康チェックでマイルをゲット

対象	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▶さらに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月受診のマイルは付与されません。
成人健康診査 (肝炎ウイルス検査・がん検診)	各2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▶さらに2マイル加算	
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 結核健康診断	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

対象	付与マイル数	備考
『無理なく こつこつ 健康貯金』	あらかじめ設定した目標の達成状況を20回記録するごとに2マイル	参加した日付と内容を記録しておいてください。
健康と歯のフェスティバル	2マイル	
健康推進課主催の講座など ・こころの健康づくり講演会 ・すそのウォーキング ・8020推進員養成講座 ・ゲートキーパー養成講座	左記事業1回参加ごとに2マイル	
健康推進課事業（上記以外） 市が主催する事業（イベント・講演会・講座など） その他指定項目 ・地区サロン ・ラジオ体操 ・寄り道ウォーキング ・寄り道試食会 ・ヘルシーパーク水中教室 ・市民体育館トレーニング室の利用 ・子育て支援センターの利用	左記指定事業5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会に応募できます。

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

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

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

