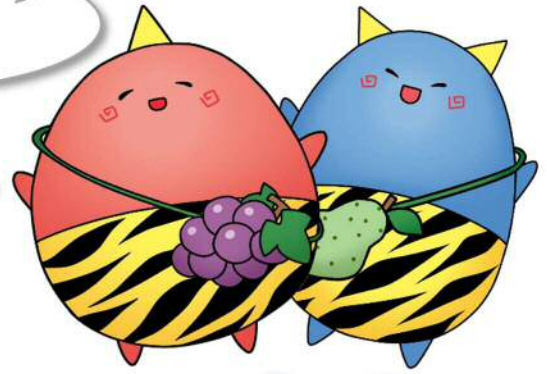


ポイントをためて
健康とお得を手に入れよう!!



たかはた 健康マイレージ

運動、食事などの生活習慣改善や健診(検診)の受診、ポイント対象事業などに参加しポイントをためて応募すると「健康づくり応援カード」や参加記念品、さらに抽選で15名様に景品をプレゼント。ぜひ、みなさんもこの機会に健康づくりを実践し、楽しみながら健康とお得を手に入れませんか。

参加できる人 **20歳以上の町民の方**

応募できる期間

令和3年6/1～
令和4年2/21まで

応募回数

応募は1人1回です。
おやこ健康マイレージと重複して応募はできません。

1 チェックする(5項目以上)

- ・運動、食事などの生活習慣を改善
 - ・健診(検診)を受ける など
- 裏面『チャレンジシート』または町ホームページ『応募フォーム』でチェックしよう!!

CHECK!



2 もらう 特典1

- ポイントを貯めて応募すると、
- ①『やまがた健康づくり応援カード』
 - ②『参加記念品』
- がもらえます。

3 あたるかも!? 特典2

抽選で景品が当たります!



※景品のイラストは、イメージです

応募方法

- ☞ **チャレンジシートでの応募** (この用紙)
高畠町健康長寿課(げんき館)へ直接持参するか
切手を貼り郵送 ※郵送料はご負担ください
- ☞ **ホームページからの応募**
QRコードを読み込んで応募ください



郵送の場合は
切手を貼っ
てください

〒992-0351
高畠町大字高畠379-1

高畠町健康長寿課
たかはた健康マイレージ事業 担当

住所	〒 ー 高畠町
氏名	フリガナ (歳)
希望 コース	※希望するもの1つに必ず○をつけてください A: 詰め合わせ B: 図書カード C: ワン券 D: 入浴券
アンケート	※あてはまる回答を○で囲んでください。
	Q1 健康マイレージに何回応募したことがありますか。 ①.初めて ②.2回目 ③.3回以上
	Q2 今まで以上に、健康を意識した生活を送るようになりましたか。 ①.なった ②.ややなった ③.ならなかった <ご協力ありがとうございました>

※担当者記入欄

受付印	応援カード	<input type="checkbox"/> 応援カード
	No. _____	<input type="checkbox"/> 参加記念品

特典1 応募者全員もらえます!!



『やまがた健康づくり応援カード』
応援カードの提示により、協力店で特典
・サービスが受けられます。

やまがた健康づくり協力店検索サイト



『ハブラシ』
『からだ』の健康は
『お口』から



特典2 3,000円相当の品、あたるかも!?

※お好きなコースへ応募できます!!

Aコース『特産品詰め合わせ』



Dコース『太陽館入浴券』

入浴券

Bコース『図書カード』



Cコース『ワン券』



抽選は3月上旬に行います!!

※当選発表は、当選者への通知及び、
広報たかはたにお名前を掲載させていただきます。
※景品は、3月にげんき館にて贈呈いたします。



※景品のイラストは、イメージです

たかはた健康マイレージチャレンジシート

※令和3年4月1日から実践・受診・参加した項目に☑印をつけてください。

健(検)診を受けましょう!

- 健康診査を受診した がん検診を受診した
(胃・大腸・子宮・乳など)

健康の自己管理をしよう!

- 体重を計った 血圧を計った
 塩分を控えめにした よくかんで食べた
(1口30回目安)
 バランスのよい食事をした 禁煙に取り組んだ

健康ボランティア活動!

- 健康運動サポーター活動
 食生活改善推進員活動

健康づくりに関する講座等に参加しよう!

- 健康づくり出前講座 各地区健康体操教室
 健康ウォーク 脳とからだのいきいき教室
 げんきアップ運動教室 住民通いの場(サロン)
 そく彩スポーツクラブ いきいき百歳体操

【事業名: _____】

【事業名: _____】

5項目以上で
応募しよう!!

チェック数 _____
項目 _____

記入方法

1...令和3年4月1日から実践・受診・
参加した項目に**チェック☑**しよう

健(検)診を受けましょう!

- 健康診査 がん検診
(胃・大腸・肺・子宮・乳など)
※どこで受診した健診(検診)でも該当します

2...5項目以上に**チェック☑**できるように生活習
慣(運動・食事など)を見直してみましよう

3...5項目以上に**チェック☑**できたら、
宛名面を記入しましよう

※住所、氏名、希望コース、アンケートをご記
入ください

※応募締切 ▶ **令和4年2月21日まで**

問い合わせ・応募先

〒992-0351 高畠町大字高畠379-1

高畠町健康長寿課(げんき館)

TEL.0238-52-5045