

令和2年度よしのがわ国保健康ポイント事業一覧表

このスタンプを3つ集めよう!



①は必須 ① 特定健康診査を受けてポイントカードとスタンプをゲット!

事業名	対象年齢	要件	方法	問い合わせ
1 特定健康診査(集団健診)	40～74歳	いずれか1つ	当日①のスタンプを押したカードをお渡します	健康推進課 ☎22-2268
2 特定健康診査(医療機関)			①のスタンプを押したカードを送付します	
3 特定健康診査(日帰り人間ドック)			①と③のスタンプを押したカードを送付します	

② 特定健康診査結果説明会に出席してスタンプをゲット!

4 特定健康診査結果説明会	40歳以上		当日スタンプを押します	健康推進課 ☎22-2268
---------------	-------	--	-------------	-------------------

③ がん検診等(市実施分)を受けてスタンプをゲット!

5 胃がん検診	40歳以上 ※胃がん検診(カメラ)については50歳以上	1つ以上で可	【集団検診】 当日スタンプを押します	健康推進課 ☎22-2268
6 大腸がん検診				
7 肺がん検診				
8 乳がん検診				
9 前立腺がん検診	50歳以上		【医療機関検診】 結果など証明できるものを健康推進課窓口(本館1階)に提示してください	健康推進課 ☎22-2268
10 子宮がん検診	20歳以上(スタンプは40歳以上)			
11 歯周疾患検診	40・45・50・55・60・65・70歳			
12 骨粗しょう症検診(女性のみ)				

④ 健康イベントに参加してスタンプをゲット!

13 運動教室	40歳以上	1つ以上で可	当日会場受付でスタンプを押します	健康推進課 ☎22-2268
14 介護予防教室				長寿いきがい課 ☎22-2264
15 リハビリ教室				
16 介護予防講演会				
17 おえっこスポーツクラブ運動系教室				生涯学習課 ☎22-2271
18 吉野川市民体育祭				
19 吉野川市リバーサイドハーフマラソン				
20 梅の花見ウォーク	商工観光課 ☎22-2226			
21 空海をたどるいやしの道ウォーク				

ポイントカードの発行時期

特定健康診査受診機関によって異なります。受診から2～4カ月かかる場合があります。

●問い合わせ 市健康推進課 ☎22-2268 FAX22-2245

もーっと元気に!

令和2年度

「よしのがわ国保健康ポイント事業」

健康ポイントを貯めて、健康とごみ袋を手に入れましょう!

このカードにスタンプを3つ集めると、市指定ごみ袋をプレゼント!



交換期限は令和3年3月31日(水)まで

対象者 吉野川市の国民健康保険に加入している40歳以上の方

※交換できるのは1人1回限りです。
※交換前に他保険へ切り替えた方は対象外です。

交換方法 特定健康診査受診後に健康推進課(本館1階)から配付の健康ポイントカードに下記の①～④の健康スタンプのうち、3つ集めて(①は必須)、交換期限までに健康推進課または各支所(川島・山川・美郷)に持参してください。市指定ごみ袋(大)10枚入1袋と交換します。

★スタンプの集め方★ ※①は必須です。

① 特定健康診査(集団健診・医療機関健診・日帰り人間ドック健診のうちいずれか)を受診する。

健康ポイントカードを発行します(詳細は次項参照)。

スタンプを押します(日帰り人間ドック健診の場合は、がん検診分と合わせて2つ押します)。

☆ポイントカードが手元に届いたら、すぐに今年度の目標を記入してください。
例:ウォーキングを始める、間食を控えるなど自分なりの目標を立ててください。

②③④のいずれか2つ

② 健康推進課実施の特定健康診査結果説明会に出席してスタンプを押します。
※市から訪問した場合は、押印の対象外となります。
結果説明会と都合が合わず、日程変更した場合は押印します。

③ 健康推進課実施のがん検診、歯周疾患検診または骨粗しょう症検診受診でスタンプを押します(健康推進課窓口でスタンプを押すことができます。受診結果など、証明できるものを提示してください)。

④ 健康推進課の運動教室、長寿いきがい課の介護予防事業、生涯学習課、商工観光課の健康イベントに参加してスタンプを押します。
※健康イベントなどに参加の際は、必ず健康ポイントカードを持参してください。

健康イベントについては、新型コロナウイルスの影響で、延期または中止になる場合があります。

吉野川市国保日帰りドック
健診申込期間延長のお知らせ

6月26日(金)まで一部の申し込みを延長します。定員になり次第締め切りますので、お早めに申し込みください。
詳しくは、ホームページまたは健康推進課へお問い合わせください。
●問い合わせ 市健康推進課 ☎22-2268 FAX22-2245

がんを防ぐための新12カ条 4条 バランスのとれた食生活を

がんを防ぐための新12カ条 3条 お酒はほどほどに

