

も~っと元気に!

令和5年度

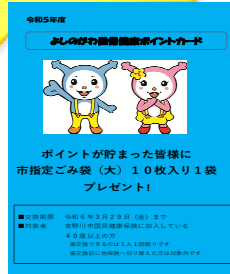
「よしのがわ国保健康ポイント事業」

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!

交換期限は
令和6年
3月29日(金)まで



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!



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。
↓
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。

- ② 健康推進課実施の特定健康診査結果説明会に出席で、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。受診結果を提示してください)。
- ④ 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でスタンプを押します。

※詳細は裏面をご参照ください。

健康イベントについては、延期または中止になる場合があります。

ポイントカードの発行時期
特定健診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◆
吉野川市役所健康推進課(本館1階)
〒776-8611
吉野川市鴨島町鴨島115番地1
電話 0883-22-2268 FAX 0883-22-2245

令和5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	50歳以上	1つ以上 で可	[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
9	前立腺がん検診				
10	子宮がん検診				
11	歯周疾患検診	40・45・50・ 55・60・65・ 70歳	1つ以上 で可	[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
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	介護予防教室	65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	長寿いきがい課 ☎ 22-2264
14	リハビリ教室				
15	介護予防講演会				
16	おえっこスポーツクラブ運動系教室	65歳以上	1つ以上 で可	当日会場受付でカードに参加教室名を記入します	生涯学習課 ☎ 22-2271
17	吉野川市民体育祭			体力測定表を健康推進課窓口に表示してください	
18	吉野川市リバーサイドハーフマラソン			完走証を健康推進課窓口に表示してください	
19	梅の花見ウォーク			当日会場受付でスタンプを押します	商工観光課 ☎ 22-2226
20	空海をたどるいやしの道ウォーク	完歩証を健康推進課窓口に表示してください			

◎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。
◎結果など健(検)診を受診した証明となるものがあれば、健康推進課窓口でスタンプを押すことができます。
受診結果はなくさないように保管してください。
◎ごみ袋との交換は年度内に1人1回限りです。
◎健康イベントについては、延期または中止になる場合があります。