

楽しく
参加！

平成29年度

いわみ 健康マイポイント

みなさんの健康意識の向上と
積極的な健康づくりの取り組みを
応援する事業です。



ユネスコ世界ジオパーク認定
山陰海岸ジオパーク

今年度はなんと！先着200名に
『道の駅きなんせ岩美』商品券(500円)がもらえます！

①

いわみ健康マイ
ポイントカードを
もらいましょう。

必須②

検(健)診を
受けて
ポイント獲得。

対象者：20歳以上
(岩美町民)

実施期間
平成29年5月1日
～30年2月28日

③

町内のイベントに
参加してポイント
を貯めましょう。

④

日頃、健康に関して、
心がけていること等を
紹介することでも
ポイントを獲得

⑤

10ポイント貯まっ
たら応募して商品券
(先着200名)を
もらいましょう。

Wチャンス

期間終了後、抽選で
10名の方に3000円の
商品券が当たります。



※お一人1口のみ
平成29年6月1日から
応募できます！

受けて・参加して
みんなで健康

お問
い合
せ

岩美町役場 健康長寿課
(岩美すこやかセンター内)
電話 73-1322

いわみ健康マイポイント事業スタート！

対象者

20歳以上の町民

事業内容

検(健)診を受けて、町内で開催の各事業に参加して、または健康に関して心がけていること等を紹介して10ポイント集めて、応募することにより先着200名に『道の駅 きなんせ岩美』商品券(500円分)を進呈。
さらに期間終了後、全応募者の中から抽選で10名に『道の駅 きなんせ岩美』商品券(3,000円分)を進呈。

実施期間

平成29年5/1(月)～平成30年2/28(水)

1 いわみ健康マイポイントカードをもらいましょう！

いわみ健康マイポイントカードは、健康長寿課や岩美町役場・中央公民館・各地区公民館・検(健)診会場等でもらえます。

2 検(健)診を受けて必須ポイントを獲得する！！ 各1ポイント

- 各種がん検診
- 脳ドック
- 肝炎ウイルス検査
- 国保特健康診査
- 後期高齢者健康診査
- 骨粗しょう症検診
- 歯周疾患検診
- 職場のがん検診・一般健診(*健康長寿課へ結果を持参)

3 町内のイベントに参加してポイントを貯めましょう！！参加ごとに1ポイント

- 健康教育：健診結果説明会、健康講座、各種料理教室
 - 運動教室：リズムエクササイズ、ウォーキング教室、筋力アップ教室、
にこにこ体操サークル、各地区公民館の運動教室
 - 介護予防事業：ほのぼの教室、介護予防教室、高齢者サークル、各種介護予防事業
 - その他の事業：すこやかセンターまつり、献血、うるおい広場
 - 高齢者スポーツ大会
 - 浦富海岸健康マラソン
 - 浦富海岸ジオウォーク
 - 各地区大運動会
 - 各種スポーツ大会
- など町内で開催される「こころと体の健康」に関する各種イベント

4 日頃、健康に関して心がけていること等を紹介して2ポイント獲得！！

みなさんが健康に関して日頃、心がけていること取り組んでいること、目標等を紹介して2ポイント獲得しましょう。抜粋し『広報いわみ』に掲載することをご了承ください。

- 【例】
- 1日の塩分摂取量を6g以下になるように食事している。(60歳代・女性)
 - 毎日30分以上歩くようにしている。(80歳代・男性)
 - 1ヶ月以内に禁煙します。(40歳代・男性)

5 ポイントが10ポイント貯まったら応募しましょう！

いわみ健康マイポイントカードを健康長寿課か岩美町役場へ持参、または郵送します。郵送するときは忘れずに切手(62円)をはりましょう。応募の翌月景品を発送します。

※さらに実施期間後には、**抽選で10名の方に3,000円分の商品券**を進呈。

郵便はがき

62円切手を
貼って郵送
又は健康長
寿課へ持参

6 8 1 0 0 0 3

岩美町浦富1029番地2
岩美すこやかセンター内

岩美町健康長寿課 行

お一人1口のみ
10ポイント貯まったら
応募してね

応募期間：平成29年6月1日
～平成30年2月28日まで



ユネスコ世界ジオパーク認定
山陰海岸ジオパーク

※先着200名に景品(500円分)を応募の翌月贈呈します。200名を超えても…応募期間終了後、応募いただいた方の中から抽選で10名の方に賞品(3千円分)を進呈。

(注) 応募には、検(健)診ポイント(1ポイント以上)が必要です。

まずは、検(健)診を受けましょう。

→受診の際は、受診券を忘れずお持ちください。

氏名	
住所	〒681-00 岩美町大字
電話	

いわみ健康マイポイントカード ※応募される方がご記入ください。

検(健)診ポイント

受診日	受診した項目を○で囲んでください。	○の数
月 日	・特定健診・胃がん検診・肺がん検診	【ア】 ポイント
月 日	・大腸がん検診・子宮がん検診・乳がん検診	
月 日	・肝炎ウイルス検査・骨粗鬆症検診	
月 日	・歯周疾患検診・脳ドック	
月 日	最高4ポイント	

イベント参加ポイント 参加ごとに1ポイント

参加日	参加したイベント・事業・講座等の名称を記入してください。
月 日	
月 日	
月 日	
月 日	
月 日	
月 日	
月 日	
月 日	
月 日	

最高9ポイント 【イ】 ポイント

取り組み紹介ポイント

健康に関して心がけていること等紹介してください。抜粋して町広報に掲載します。

(例) 毎日、玉手箱体操をしている。(70歳代・女性) **2ポイント**

	(歳代)男性・女性
--	---------------------

【ウ】 ポイント

【ア】+【イ】+【ウ】= ポイント

10ポイント以上になったら、健康長寿課が岩美町役場へ持参、また郵送してください。