

山中湖村
健康づくりポイント事業
2023

健
○
+

令和5年5月1日～令和6年2月29日

※詳細は裏面をご覧ください。

お問い合わせ・お申し込み/山中湖村福祉健康課

TEL 0555-62-9976

■注意■ 新型コロナウイルス感染症等により、各付与事業が中止になる場合があります。
作成: 令和5年4月時点

令和5年度 山中湖村 健康づくりポイント事業

<お問い合わせ> ☎0555-62-9976
山中湖村役場 福祉健康課 健康係
★福祉健康課主(共)催 ☆教育委員会主催(62-3813)
◎村後援
※主(共)催各教室の詳細は、担当課にお問い合わせください。

目的 ①健康診断などの積極的受診により病気を未然に防ぐこと ②若い世代から健康づくりを習慣化し、元気に生き生きとした高齢世代を迎えること

期間 令和5年5月1日～令和6年2月29日 (ポイント交換は、2月～3月にまとめて行ないます)

対象者 20歳以上の村民

内容 対象となる健康づくり関連事業に参加し、ポイントを集め、**50ポイント達成**で特典と交換。(ポイントカード発行には福祉健康課への参加申請が必要です)

特典 翌年度の健康診査(オプション検診不可)や村内施設(紅富士の湯・石割の湯・花の都公園)で飲食・買い物に使える利用券500円分

条件 実施期間内に基本健診(血液検査・血圧・身体検査等)を必ず受診すること(職場検診や自費での人間ドックも対象となります。結果の写しをご提出ください)

注意事項 注1)獲得したポイントは翌年度に持ち越しできません。注2)カードを紛失した場合、付与済のポイントは失効しますのでご注意ください。

健康づくり事業に参加して、
ポイントを貯めて交換

COUPON
Coupon
FF

翌年度の健診診査や村内施設(紅富士の湯・石割の湯・花の都公園)で飲食・買い物に使える利用券500円分の特典あり!

【ポイント付与項目】

| 付与事業 | ポイント数 | 注意事項 |
|---|------------------|---|
| ★ 特定・一般・後期高齢者健診(基本健診) 人間ドック・社保健診(自費受診分) | ※ポイント交換 必須条件 | 年度内受診分に限る。職域健診含む。(結果提出必要) |
| ★ がん検診(肺・胃・大腸・乳・子宮) | 各10ポイント | 年度内受診分に限る 職域検診含む(結果提出必要) |
| (*) 歯科検診 | 10ポイント | 年度内受診分に限る。治療は対象外 検診したことがわかる物(領収書、明細等)を福祉健康課に持参のうえ付与 |
| ★ 健診結果説明会 | 10ポイント | 結果のみ持ち帰りは付与対象外 |
| ★ 特定保健指導 | 10ポイント(1回のみ) | 最終評価時に付与。職域で実施の場合は証明となるものを持参して付与。 |
| ★ 脳ドック検診 | 10ポイント | 年度内受診分に限る。(50～74歳) 受診間隔は3～4年に一度を推奨 |
| ★ 健康講座・教室(村主催・共催) 医師講座・減塩教室・ゲートキーパー講習等 | 各10ポイント | |
| ★ ボランティアのつどい(ボランティア祭り) | 10ポイント | |
| ★ 献血(5月・10月) | 10ポイント(1回のみ) | 献血したことを確認して付与(献血カードを福祉健康課に持参) |
| ★ 料理教室 | 10ポイント 教室ごと1回のみ | |
| ★ 離乳食教室 | 10ポイント | |
| ★ パパママ教室 | 10ポイント | |
| ★ 村つどいの広場(教室・イベント含む) | 10ポイント(上限30ポイント) | |
| ★ 愛育会クリスマス会(2～3歳対象:12月) | 10ポイント | |
| ★ 育児 育児関連教室(歯科教室など) すこやか相談 | 各10ポイント | |
| ★ 元気いっぱい運動教室 | 10ポイント(上限30ポイント) | |
| ★ 介護者教室 | 10ポイント | |
| ★ 介護予防 介護予防教室(村主催・共催) | 10ポイント | |
| ★ 健診結果説明会(後期高齢者・集団) | 10ポイント | |
| ★ サロン活動(支援者含む) | 10ポイント(1回のみ) | 村社会福祉協議会に登録されているサロン活動に限る。福祉健康課で付与 |

| 付与事業 | ポイント数 | 注意事項 |
|---|------------------|------------------------------------|
| ★ 基礎代謝アップ教室(5～7月、10～12月) | 10ポイント | |
| ★ フィットネスジム利用(忍野村フィットネスセンター・きらら運動教室・他スポーツ施設(石の条件に該当する場合のみ可)) | 10ポイント(上限30ポイント) | 利用したことがわかる物(利用日、利用場所)を福祉健康課に持参して付与 |
| ★ 山中湖ロードレース | 10ポイント | ランナーとして参加された方 |
| ☆ ボクシング・エクササイズ教室(6月) | 10ポイント(1回のみ) | 参加したことがわかる物を福祉健康課に持参して付与 |
| ☆ 村民ゴルフ大会 | 10ポイント | 参加したことがわかる物を福祉健康課に持参して付与 |
| ☆ 軽スポーツ教室 | 10ポイント(1回のみ) | 参加したことがわかる物を福祉健康課に持参して付与 |
| ☆ 朝ヨガ教室 | 10ポイント(1回のみ) | 参加したことがわかる物を福祉健康課に持参して付与 |
| ☆ 健康ダイエット教室 | 10ポイント | 参加したことがわかる物を福祉健康課に持参して付与 |
| ☆ 山中湖村スポーツフェスティバル(10月) | 10ポイント | 参加したことがわかる物を福祉健康課に持参して付与 |
| ☆ ソフトボール選手権(9月) | 10ポイント | 参加したことがわかる物を福祉健康課に持参して付与 |
| ☆ 常会別ゴルフ大会(11月) | 10ポイント | 参加したことがわかる物を福祉健康課に持参して付与 |
| ☆ ソフトバレーボール大会(3月) | 10ポイント | 参加したことがわかる物を福祉健康課に持参して付与 |
| ◎ 東京大学富士癒しの森研究所関連事業 癒しの森の朝もや音楽会(7月16日) | 10ポイント | 参加したことがわかる物を福祉健康課に持参または照会して付与 |
| ◎ 東京大学富士癒しの森研究所関連事業 その他関連事業 | 10ポイント | 参加したことがわかる物を福祉健康課に持参または照会して付与 |
| ★ 健康チャレンジ(1か月間の体重や歩数・食事などの記録を提出しよう) | 10ポイント(1回のみ) | 様式は自由。記録を福祉健康課に持参して付与 |
| ★ 家庭のみそ汁塩分測定 | 10ポイント(1回のみ) | 食生活改善推進委員会または役場で実施 福祉健康課で付与 |
| ★ 無償ボランティア活動(※村社会福祉協議会にボランティア登録している方のみ) | 10ポイント(1回のみ) | 社協に登録照会して付与 |
| ★ すまいるクイズウォーキング | 10ポイント | 村社会福祉協議会主催事業 |
| ★ すまいる体力測定会 | 10ポイント | 村社会福祉協議会主催事業 |
| ★ 村内温泉施設利用(紅富士の湯・石割の湯) | 10ポイント(各施設1回のみ) | |