

■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)	