



令和6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6年5月1日～令和7年2月28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、ポイントを積み、**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)
- 参加申請 福祉健康課窓口・村健診会場等で申請が可能です。申請後、その場でポイントカードを発行します。
- 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ので、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



特典※
翌年度の健康診査や村内施設の飲食・
お買い物に使える**利用券500円分!**

【ポイント付与項目】

付与事業		ポイント数	注意事項
1	★ 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)
2	★ 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)
3	(★) 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
4	★ 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
5	★ 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。
6	★ 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
7	★ 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	
8	★ ボランティア祭り	10ポイント	
9	★ 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)
10	★ 料理教室	10ポイント 教室ごと1回のみ	
11	★ 離乳食教室	10ポイント	
12	★ パパママ教室	10ポイント	
13	★ 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)	
14	★ 愛育会クリスマス会 (2～3歳対象:12月)	10ポイント	
15	★ 育児関連教室(歯科教室など) 子育て相談	各10ポイント	
16	★ 元気いっぱい運動教室	10ポイント (上限30ポイント)	
17	★ 介護者教室	10ポイント	
18	★ 介護予防教室(村主催・共催)	10ポイント	
19	★ 健診結果説明会(後期高齢者・集団)	10ポイント	
20	★ 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
21	★ 基礎代謝アップ教室 (5～7月、10～12月)	10ポイント	
22	★ 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(右の条件に該当する場合のみ))	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
23	★ 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
24	★ 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
25	★ 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
26	★ 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
27	★ 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
28	★ 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
29	★ 山中湖フェスタ(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
30	★ 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
31	★ 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
32	★ 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
33	◎ 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14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
34	◎ 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
35	★ 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
36	★ 家庭のみそ汁塩分測定	10ポイント (1回のみ)	食生活改善推進員会または役場で実施 福祉健康課で付与
37	★ 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
38	★ すまいるレクリエーション(仮)	10ポイント	村社会福祉協議会主催事業
39	★ 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
40	★ 健康ゲーム大会	10ポイント	村社会福祉協議会主催事業
41	★ 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)	
42	★ Pokémon GO 山中湖村公式ルート	新規DLで10ポイント 5ルート毎10ポイント	福祉健康課窓口にて、アプリ画面の提示で付与