

令和 7 年度

# 日吉津村健康ハツラツポイント事業

～健康づくりでポイントをためよう！～

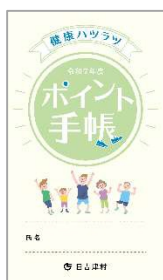
村民のみなさんの健康づくりを応援する事業です。  
健診を受けたり、健康づくりに関するメニューに参加するなどして  
ポイントをためると、すてきな特典が受けられます！

## 事業の参加方法

### ① ポイント手帳をもらおう

対象事業の会場や役場福祉保健課、  
ヴィレステひえづでポイント手帳をもらい  
ましょう。

- ◆ 日吉津村にお住まいの 20 歳以上の方  
が対象です。



手帳を  
ください。



### ② 手帳にポイントをためよう

村の事業や教室に参加したり、健康づくりに取り  
組んで、手帳に健康ポイントをためましょう。

- ◆ 対象期間: **令和7年4月～令和8年3月31日**

※手帳に令和7年度分のポイントをつけることができ  
るのは**令和8年4月30日まで**です。期限を過ぎる  
とポイントが失効しますので、ご注意ください。

※対象事業の詳細は裏面をご覧ください。

### ③ ポイントを交換しよう

役場福祉保健課またはヴィレステひえづの  
窓口にある申請書に必要事項を記入して、  
申請をすると後日ご自宅に商品券が届きま  
す。

- ◆ 持ってくるもの: ポイント手帳
- ◆ 交換申請期限: **令和8年4月30日まで**

※10ポイントまたは30ポイントがたまったら  
交換申請ができます。



\*令和 6 年度の  
ポイント交換申請期限は、  
**令和7年4月30日まで**です！  
手続きはお忘れなく！！



## ポイント対象事業

### ・特定健診・健康診査（人間ドック含む） 【5ポイント】

村国保加入者・後期高齢者医療加入者を対象に集団健診、個別健診（国保のみ）を実施します。  
村の人間ドックや会社等で受けた健診（国保外含む）も対象です。

### ・がん検診 【各1ポイント】

胃がん・胃がんリスク検査・肺がん（レントゲン）・肺がん（喀痰）・大腸がん・子宮がん・乳がん・前立腺がんの各種がん検診や肝炎ウイルス検診です。

### ・骨粗鬆症検診 【1ポイント】

節目年齢の方（40歳～70歳の5歳刻みの女性）を対象に集団検診を実施します。

### ・ふしめ歯科検診（歯周病検診） 【1ポイント】

節目年齢の方（20歳～70歳の10歳刻みの方）を対象に個別検診を実施します。

### ・生活習慣病予防教室 【2ポイント】

年2回、生活習慣病予防メニューの調理教室と運動教室等を開催します。

### ・まちの保健室 【2ポイント】

ヴィレステひえづや自治会公民館を会場に、健康チェックや健康相談を行います。

### ・特定保健指導 【2ポイント×最大3回】

特定健診（村国保加入者対象）の結果より、生活習慣病のリスクがある方に行う生活習慣改善支援です。

### ・健康相談 【1ポイント】

心身の健康に関する個別の相談に応じ、必要な指導や助言を行います。

### ・ウォーキング教室 【1ポイント】

村内を歩くノルディック・ウォーク教室です。8月を除く月1回の年間11回を予定。

### ・日吉津村高齢者スポーツ大会 【1ポイント】

村内在住の60歳以上の方を対象にした高齢者スポーツ大会です。

### ・健康チャレンジカレンダー 【月1ポイント】

村民の健康課題である“血圧・運動・間食・喫煙”に着目した、生活習慣改善チャレンジです。  
チャレンジする項目を1つ選んで、チャレンジが成功したら月1ポイントです。

※ イオンモール日吉津のモールウォーキングは、回数にかかわらず月1ポイントとします。  
※ この他のポイント対象事業は、随時、広報紙やチラシ、ホームページ等でお知らせしていきます。