

1,000ポイント=1,000円相当の特典！最大6,000円相当の特典！

たじり健康ポイント



健康づくりで 特典をゲット！

特典をもらって、さらに健康に！

手順① 健康ポイントカードを手に入れよう！

- 対象者** 20歳以上の田尻町住民の方
- 必要な物** 万歩計など(歩数計またはスマートフォンなど、歩数が記録できる機器)
- カード配布** ①ふれ愛センター、公民館、役場で受け取り ②健康課へ参加の連絡…電話可
(氏名、生年月日、使用する万歩計など)

手順② 健康ポイントを貯めよう！

- ポイントを貯める期間** 令和元年9月1日(日)～令和2年1月31日(金)
- 参加方法** ウォーキングや各種イベントに参加し、カードに記録しよう。
※詳細は裏面を！

手順③ 健康ポイントを申請しよう！

- ポイント交換申請期間** 令和2年2月3日(月)～令和2年2月21日(金)
※土日祝日を除く。
- ポイント交換申請場所** 田尻町健康課(たじり ふれ愛センター1階)



手順④ 特典をもらおう！ 全てクリアで最大6,000ポイント(6,000円相当)の特典になります。

最大
3,000
ポイント

特典1 ウォーキングポイント

令和元年 9月 月間20万歩で1,000ポイント付与
2回で1,000ポイント→最大2,000ポイント
令和元年 10月 令和元年 11月 令和元年 12月 令和2年 1月 月間20万歩の月が2回で1,000ポイント付与

2,000
ポイント

特典2 スタートポイント

10月以降のウォーキングポイント基準を1回でもクリアされた方

1,000
ポイント

特典3 イベント参加ポイント

イベント1回の参加で100ポイント付与され、10回の参加でポイント交換可能

1 ウォーキングポイント

ウォーキングしてポイントを貯めよう!

- ・万歩計など(歩数計またはスマートフォンなど歩数が記録できる機器)を利用して毎日歩きましょう。
- ・歩行数は、毎日、健康ポイントカードに記録しましょう。
- ・歩行数は、万歩計などで記録を残しておき、申請時に確認させていただきます。
- ・1日毎の歩数が証明されない万歩計などの場合は、累積歩数を月平均で申請することが可能です。事前にご連絡ください。
- ・ポイント交換申請時に歩行数が確認できない場合は、無効となります。

※万歩計などの種類で歩数データを蓄積できる期間が異なります。万歩計などに歩数が蓄積できる期間内で健康課に一度お越しください。確認できた歩行数には、健康ポイントカードに証明印を押印します。それ以降は、データをリセットしていただき、ウォーキングを継続してください。

2 スタートポイント

継続してウォーキングを行うことでさらにポイントを追加できる!

- ・10月以降に月間20万歩以上の月が2回以上あれば、スタートポイントとして2,000ポイント付与します。
- ・スタートポイントは、お一人様1回限りとなります。(今年度スタートポイントを申請された方は、次年度以降は申請できません。)

3 イベント参加ポイント

下記イベントに参加してポイントを貯めることができる!

- ・10回のイベント参加で、ポイント交換申請できます。
- ・65歳以上の方は、介護予防ポイントと重複しての押印はできません。ご自身でどちらを押印するか選択してください。
- ・後日のスタンプ押印は認められません。
- ・年度途中で新規イベントを追加する場合があります。その際は、広報などでお知らせ致します。

1	がん検診(1項目につき100ポイント) 歯科健診*10月27日のみ	集団健診:10月15日・16日・27日* 個別健診:平成31年4月1日~令和2年1月末
2	健活体力測定	10月15日
3	健康づくり教室 生活習慣病予防講座	10月17日、23日、28日
4	健康づくり教室 ウォーキング講座	10月29日、31日
5	健康づくり教室 心の健康づくり講座	広報でお知らせ
6	健康大将	毎週金曜日
7	ヘルス栄養相談	原則 毎月第2金曜日
8	運動相談(要予約)	原則 毎月第3金曜日
9	親子ふれあい食体験(要予約)	1月30日
10	思春期講座	広報でお知らせ
11	スマイル元気トライ活動	毎月1回、健康づくり活動
12	食育推進ボランティア活動	広報でお知らせ
13	たじりっち体操推進活動	広報でお知らせ
14	ふれ愛センター健康づくりプロジェクト	9月7日「スパイスエアロビクス&ストレッチ」
15	その他 健康づくり教室	広報でお知らせ

*上記イベントで年度に1度しか参加資格のないもので、平成31年4月1日~令和元年8月31日に参加したイベントにつきましては、遡って押印します。

4 申請の際の注意点

- ・ポイント交換申請の際は、健康ポイントカードと歩行数が証明できる万歩計など、田尻町民であることが証明できる身分証明証を持参してください。
- ・特典を受けられる方以外が、申請に来られる際には、委任状が必要です。
- ・ポイント交換申請期間を過ぎた場合や転出された場合は、無効となります。