

ながす健康ポイント
いよいよスタート！

あなたも はじめてみませんか？ 目標をもつた健康づくりを

8月号でお知らせしていた、「ながす健康ポイント」が始まりました。すでに健康づくりをしている人の参加も大歓迎です。家族や友人を誘って、チャレンジしてください！



1,000ポイントたまらなくとも参加者全員に参加賞をご用意しています！
ぜひカードを提出してください！

すこやか館 佐藤 慶子

4 賞品をもらう

協定賞品

町と協定を結んでいる企業の賞品を数多く用意しています



町の特産品

健康器具



施設利用券

スポーツセンター
地域福祉センター
健康福祉センター

その他

QUOカード 1,500円分
金魚タオル

※写真はイメージです。実際の賞品とは異なる場合があります。

健康ポイント制度のながれ

1月末まで

1 まずは…
ポイントカードをもらおう！

2 実践、参加して
ポイントをためよう！

たくさん参加して健康も
ポイントもゲット！

12月～1月末

3 ポイントを
交換しよう！

1,000ポイントたまつたら
引換券がもらえる！

3月末まで

4 賞品を
もらおう！

引換券を好きな賞品と
交換！

3 ポイントを交換

【提出場所】
福祉保健介護課、すこやか館

12月1日～平成30年1月31日

1,000ポイントためてポイントカードを提出すると、賞品引換券がもらえます。下記から好きな賞品を選びましょう。

2 提出場所

3 提出期間

4 賞品をもらう

指定された日以降にすこやか館でお受け取りください。
下記の賞品のほか、たくさんの賞品を用意しています。

カードがもらえる場所

町役場（福祉保健介護課）・すこやか館・中央公民館・ながす未来館・はぐくみ館・町民研修センター・地域福祉センター・健康福祉センター・総合スポーツセンター



1 ポイントカードをもらつて
ルールを確認

2 実践・参加してポイントをためる

● ポイントをもらう方法
その場でもらう

まずはポイントカードをもつてルールを確認しましょう。わからないことがあれば気軽に尋ねください。

目標に決めた健康行動を継続して実践したり、対象事業に参加するとポイントが獲得できます。

ポイント対象事業は次のとおりです。

① 健康行動の実践（2カ月以上）

② 地域活動などへの参加

③ 各種健康診査・健康相談など

④ 町のイベントへの参加

（詳しくは、8月号またはポイントカードをご覧いただくか、お問い合わせください）

みんなさんは、どんな健康行動でポイント獲得を目指しますか？

つぎの町主催のイベントは、スタンプブースを設置します。ポイントカードを持ってご参加ください。町民体育祭、駅伝大会、校区公民大会、老人会運動会、健康フェア（金魚と鯉の郷まつり）、健康に関する講演会、各種健康教室（脳トレ、健康体操、ながすクッキング）

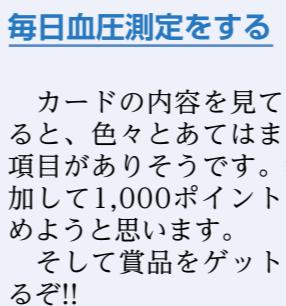
まとめてもらう

その他の対象事業は、ポイント交換時にまとめて申告してください。※随時申請する必要はありません。

わたしの目標！

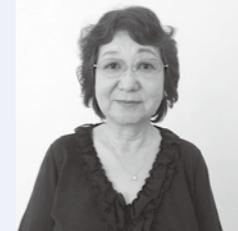


園田 一久さん
(下東区)



毎日血圧測定をする

カードの内容を見てみると、色々とあてはまる項目がありそうです。参加して1,000ポイントためようと思います。そして賞品をゲットするぞ!!



宮崎 とみ子さん
(中町区)

毎日6,000歩以上歩く テレビ体操をする 350g野菜を食べる

さっそくカードをもらいました。目標達成のために努力します。健康な身体を保ち、生活を楽しみながら頑張ります。