

ポイントをためて健康と賞品を手に入れよう！



ながす健康ポイント事業

参加のながれ

Step 1 ポイントカードを手に入れる



町内の公共施設、医療機関などで配布しています

[配布期間] 令和6年6月1日（土）～令和7年1月31日（金）

Step 2 健診を受診、健康目標をたてる

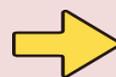
詳細は裏面をご覧ください

申請時に必要な、健診結果や領収書など受診を証明するものを保管しておきましょう

Step 3 町の健康づくりイベントや地域の行事等に参加して

1,000ポイントためる

対象事業の詳細は町ホームページへ



Step 4 交換したい賞品を選んで申請期間に申請する

賞品一覧は10月上旬に町のホームページ、世帯配布チラシでお知らせします

例) Amazon子育てギフト券、町内飲食店のお食事券、塩分測定器、電動歯ブラシ、ながす金魚タオル、グラウンドゴルフ関連商品 … ほかにいろいろ！

[申請期間]

① 令和6年10月1日（火）～ 令和6年11月29日（金）

② 令和6年12月2日（月）～ 令和7年1月31日（金）

Step 5 引き換え期間に賞品を手に入れる！

[引き換え期間]

① 令和7年1月頃

② 令和7年3月頃

参加できるのは
長洲町に住所がある
20歳以上の人





健診(※)について聞きたいんだけど・・・
健診と病院の定期受診ってどう違うの？

※健診とは特定健診・職場健診・若年者健診・人間ドック・
後期高齢者医療健診などのこと

病院の定期受診は**現在治療をしている病気**の今の状態を確認するもので、健診は**全身の健康状態を確認し病気を予防**するためのものです。



生活習慣病は**自覚症状なく進行**するため、
健診を受けて予防することが大切です。



じゃあ、健診はどこで受けられるの？

次の人は**町の健診を受診**できます。

- 国民健康保険の40～74歳の人
- 後期高齢者医療の人
- 19歳～39歳の人
- 19歳以上の生活保護世帯の人

詳しくは国保医療係（78-3139）か
すこやか館までお尋ねください。



上記以外の人やその家族は、加入している健康保険組合に
ご確認ください。



わかった、とりあえず健診を受けるよ！

健診は**結果がきてからが本当のスタート**
です。結果をみて自分の生活習慣を見直し、
改善のための目標をたてましょう。



目標はポイントカードに記載してまずは
3か月間、取り組んでみましょう！

長洲町 健康ポイント



対象事業の詳細や内容は長洲町
ホームページをご覧ください。
検索または右のQRコードから！



〒869-0123 熊本県玉名郡長洲町大字長洲2773番地5

【問合せ先】長洲町保健センターすこやか館 ☎ (0968) 78-7171