

健康ポイント事業応募用紙 応募受付期間：令和6年10月1日（火）～令和7年3月3日（月）必着

※太枠部分に記入漏れ・不備があった場合は抽選の対象外となります。

ふりがな		生年月日	昭和・平成 年 月 日		
氏名		電話番号	自宅 ()		
			携帯 - -		
住所	嘉麻市				
①ポイント目	本紙裏面の歩数記録に目標歩数と3ヶ月分の歩数（時間）を記録しましょう		今より10分多く体を動かすと健康寿命が伸ばせるよ！ 		
②ポイント目	受診した健（検）診種類 例）健康診断・肺がん検診	日付	場所	健（検）診種類	
		月 日			

今後の事業の参考にお聞かせください。（該当する項目に○を付けてください。）

問1) 希望する商品券の種類をどちらか○を記入してください。

1.かまししスタンプ商品券（山田地区内で利用可）
2.嘉麻市商工会 商品券（稲築・嘉穂・碓井地区内で利用可）

問2) 今回の健康ポイント事業で健康への関心は高まりましたか。

1.高まった 2.変わらない

問3) 歩数記録をつけることによって、日々の運動（歩行）を意識するようになりましたか。

1.はい 2.いいえ 3.以前から記録していた

問4) 実際に、運動（歩行含む）が習慣化されましたか。

1.目標運動(歩数)量を達成できた日が週5日以上
2.目標運動(歩数)量を達成できた日が週2～4日
3.目標運動(歩数)量を達成できた日が週1日以下

問5) 健康ポイント事業のご意見や感想がありましたらお聞かせください。



あなたの健康を見える化！健康度測定会のススメ

11月27日（水）13:00～14:30

定員30人（予約制）測定所要時間20分程度（申込時に受付時間をお知らせします）

★体組成成分測定（筋肉量 / 脂肪量 / 体年齢）★運動機能検査

「ふくおか健康ポイントアプリ」ご利用の方



参加ポイント200Pゲット！測定結果で体年齢が実年齢より若い方や、去年から改善した方には、さらに200Pゲットのチャンスです。

お申込み 健康課 ☎ 0948-42-7430

健康チャレンジ宣言！

わたしは、毎日_____歩（ ）分を
目標に3ヶ月歩き（運動）にチャレンジします

月			月			月			月		
日	歩数	時間	日	歩数	時間	日	歩数	時間	日	歩数	時間
1			1			1			1		
2			2			2			2		
3			3			3			3		
4			4			4			4		
5			5			5			5		
6			6			6			6		
7			7			7			7		
8			8			8			8		
9			9			9			9		
10			10			10			10		
11			11			11			11		
12			12			12			12		
13			13			13			13		
14			14			14			14		
15			15			15			15		
16			16			16			16		
17			17			17			17		
18			18			18			18		
19			19			19			19		
20			20			20			20		
21			21			21			21		
22			22			22			22		
23			23			23			23		
24			24			24			24		
25			25			25			25		
26			26			26			26		
27			27			27			27		
28			28			28			28		
29			29			29			29		
30			30			30			30		
31			31			31			31		