

かまししちゃん 健康ポイント事業

ポイントをためて**健康と商品券2,000円**をゲットしよう！
嘉麻市内で使える商品券（かまししスタンプ商品券もしくは嘉麻市商工会商品券）を
抽選で100名の方に贈呈します。当選されなかった方には、「参加賞」として市内4か
所の運動施設無料お試し券を贈呈します。



1 ポイント目

健康になれる目標を立てて
3か月以上取り組もう！

2 ポイント目

特定健診やがん検診等を受けよう！

3 ポイント目

健康ポイント対象の事業にも参加しよう！

ポイント対象期間

平成30年 平成31年
4月1日（日）～ 2月28日（木）

応募受付期間

平成30年 平成31年
11月1日（木）～ 3月7日（木）

詳細は内面をチェック！

応募までのステップ

対象の方

平成31年3月31日までに20歳以上になる市内居住者
※平成11年3月31日生まれまでが対象です。

ポイントの貯め方

応募には3ポイント必要です。

1ポイント目

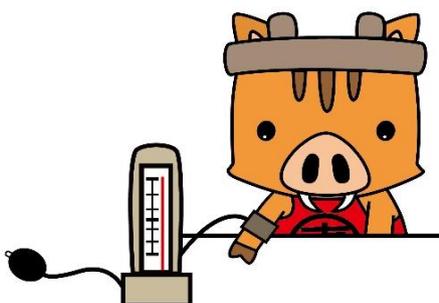
3か月以上チャレンジできる
目標を立てて取り組もう！

1日指せ！
1万歩！



2ポイント目

右図の特定健診やがん検診等を受けよう！※健（検）診名と受診日が必要です。



3ポイント目

右図の健康ポイント対象の事業にも参加しよう！
※事業名と参加日が必要です。



賞品の種類

- 【商品券】かまししスタンプ商品券2000円：山田地区で利用可 または、
嘉麻市商工会商品券2000円：稲築・嘉穂・碓井地区で利用可
※商品券郵送時に利用できる加盟店一覧を同封いたします。
- 【参加賞】稲築保健センター健康増進室・スイミングプラザなつきトレーニング室
嘉穂総合体育館トレーニングルーム・サルビアパークトレーニング室
の1時間無料お試し券（各1枚）

応募用紙の提出

応募用紙に必要事項を記載し、応募受付期間内に郵送または下記の場所へご持参ください。

山田庁舎	健康課
碓井庁舎	総合窓口課 生活環境係
稲築庁舎	
嘉穂庁舎	

応募受付期間

平成30年 平成31年
11月1日（木）～ 3月7日（木）

必着！

抽選

当選者100名の方には平成31年3月下旬頃に商品券を郵送します。
当選されなかった方には、市内4か所の運動施設1時間無料お試し券を郵送いたします。抽選時点で住民登録（居住）されていない場合は無効となります。なお、当選者の発表は商品券、またはお試し券の発送をもってかえさせていただきます。



応募はおひとり様、年1回までです。複数回応募された場合1回目の応募のみ有効となります。

2ポイント目

の対象となる健（検）診

	項目名	対象者
市が実施している健（検）診	結核検診	満65歳以上の方
	肺がん検診・胃がん検診・大腸がん検診	満40歳以上の方
	子宮頸がん検診	満20歳以上で偶数歳の女性
	乳がん検診	満40歳以上で偶数歳の女性
	前立腺がん検診	満50歳以上の男性
	肝炎ウイルス検査	満40・45・50・55・60・65・70歳で受診歴のない方
	骨粗しょう症検診	満40・45・50・55・60・65・70歳の女性
	口腔がん検診	満40歳以上の方
	特定健診	満40～74歳で嘉麻市国保に加入している方
	生活保護者の健康診査	満40歳以上で生活保護を受給されている方
	若年健診	満20～39歳の方
	歯科健診	満20～39歳の方
	妊婦健康診査	妊娠している女性

市が実施する健（検）診は検診料の約8割を市が負担しているためお得に検査が出来ます！
以下の対象は検診料免除です。

- ・後期高齢者
- ・非課税世帯
- ・生活保護受給者

検診料や受診方法等詳しい内容はお問い合わせください。
健康課 ☎0948-53-1104

市が実施する健（検）診以外も対象となります。※医療機関での定期検査は対象になりません。

職場・学校等での健康診断	後期高齢者健康診査	人間ドック
--------------	-----------	-------

3ポイント目

の対象となる事業名

事業名		実施時期・対象者など	
健康課	生活習慣病予防教室	健康ふらす教室	年間3回実施、広報・ホームページでお知らせします。
		減塩教室	年間1回実施、広報・ホームページでお知らせします。
		男性料理教室	年間6回実施、広報・ホームページでお知らせします。
		優賢会	年間1回実施、広報・ホームページでお知らせします。
	運動教室	健康度測定会	年間2回実施、広報・ホームページでお知らせします。
		ステップ運動教室	年間3回実施、広報・ホームページでお知らせします。
	保健指導	個別保健指導	市の保健師・栄養士が対象者に保健指導をご案内します。
	健康相談	肺年齢測定	山田庁舎健康課窓口・一部がん検診会場で随時実施
		減塩モニター貸出	山田庁舎健康課窓口で随時実施
		家庭血圧計貸出	山田庁舎健康課窓口で随時実施
	講演会	心の健康づくり講演会	年間1回実施、広報・ホームページでお知らせします。
	母子保健教室	マタニティー教室	年間6回実施、広報・ホームページでお知らせします。
		離乳食教室	年間6回実施、赤ちゃん訪問や4カ月健診の際にお知らせします。
その他、健康課が実施・後援するイベント			
食生活改善推進会研修会		嘉麻市食生活推進員の方へお知らせします。	
スポーツ推進課が実施する教室やイベント		健康づくりに関する事業が対象です。	
高齢者介護課が実施する教室やイベント		健康づくりに関する事業が対象です。	
生涯学習課が実施する教室やイベント		健康づくりに関する事業が対象です。	
うすい人権啓発センターあかつき・嘉穂隣保館が実施する啓発・交流事業		健康づくりに関する事業が対象です。	
自己にて実施する健康づくり		民間のスポーツクラブやスイミングスクール・教室の利用、市のトレーニングルームの利用、医療機関で受けられた健康づくりに関する教室や活動等であれば構いません。	

上記事業についてのお問い合わせ先：

健康課 ☎0948-53-1104

高齢者介護課高齢者相談支援センター係 ☎0948-53-1191

うすい人権啓発センターあかつき ☎0948-62-3337

スポーツ推進課 ☎0948-57-4850

生涯学習課 ☎0948-57-3157

嘉穂隣保館 ☎0948-57-0032

応募用紙記載例

健康ポイント事業応募用紙

応募受付期間：平成30年11月1日（木）～平成31年3月7日（木）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	かま たろう	生年月日	西暦 1990年 1月 1日
氏名	嘉麻 太郎	連絡先	0948-53-1104
住所	嘉麻市上山田392番地		
1ポイント目	健康づくりのために実践した目標内容	毎日30分散歩する	
	目標の達成度はいかがでしたか？ 該当する方に○を付けてください。	1.十分達成できた	2.まあまあ達成できた
2ポイント目	受診した健（検）診名 例）健康診断・肺がん検診	肺がん検診	受診した日 6月22日
3ポイント目	参加した事業名 例）健康ぶらす教室	健康プラス教室	参加した日 9月5日
希望する商品券の種類 (どちらかに○を付けてください)		かまししスタンプ商品券 (上山田地区内で利用可能)	嘉麻市商工会 商品券 (稲築・嘉穂・碓井地区内で利用可能)

この部分に記入漏れ・不備があった場合は抽選の対象外となります。
ご注意ください。

目標は健康に関することであれば内容は問いません。『今よりも10分多く歩く』や『体重を2キロ減らす』『毎日ラジオ体操をする』等、あなたがチャレンジした目標を記載してください。

ポイント対象期間内での健（検）診名と受診日のみの記載をしてください。健診結果等証明書は不要です。

ポイント対象期間内での事業名と参加日のみの記載をしてください。証明書等は不要です。

この応募の回答内容は、今後の保健事業の参考にさせていただきます。
全て統計的に処理を行うので、個人が特定できる形で利用することはありませんのでご了承ください。

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) あなたは以前から健（検）診を受診していましたか。	毎年受けている <input checked="" type="radio"/> 時々受けている <input checked="" type="radio"/> 受けていない <input type="radio"/>
問2) 今回の健康ポイント事業が健（検）診を受診するきっかけになりましたか。	<input checked="" type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
問3) あなたは健康に関する教室や活動を以前から行っていますか。	はい <input type="radio"/> 以前はやっていた <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> いいえ
問4) 今回の健康ポイント事業が教室や活動に参加するきっかけになりましたか。	<input checked="" type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
問5) 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。	<input checked="" type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ <input type="radio"/> 変わらない
問6) 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。	



応募に関する注意事項



ポイントが3ポイント以上あれば応募できますが、応募用紙の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。



賞品は住民登録（住居）のある住所に郵送させていただきます。応募用紙に記入された住所にはお送り出来ませんので、ご了承下さい。やむ負えない事情等により別住所への郵送を希望される方はお問い合わせください。