

2019年度

健康・幸せ チャレンジ大作戦

受付番号

# しもつけ健康マイレージポイントカード

申請日 年 月 日

フリガナ		大・昭・平		男・女
氏名		年 月 日	歳	
住所	〒 - 下野市	電話番号 ( ) -		

健康マイレージに参加してのアンケートにご協力をお願いします。あてはまる項目に○印をつけてください。

1. 健康マイレージへは参加したことがありますか？ ① 初めて ② 毎年 ③ その他 ( )	2. ステップ3のチャレンジ目標の中で続けている項目はありますか？ 1・2・3・4・5・6・7・8・9・10・11・12
3. 健康マイレージへ参加しようと思ったきっかけは何ですか？ ① 健康づくりのため ② 記念品のため ③ 家族・友人の勧めで ④ その他 ( )	

※国民健康保険に加入されている方のみお答えください。本マイレージ事業の効果の検証のために、医療費に関する個人データを確認させていただく場合がございます。(氏名等の公表はしません) 了承しない場合は✓を入れてください。→

記念品	○	記念品の種類	利用期限
	※希望する番号に○をしてください	<input type="checkbox"/>	① ゆうゆう館入浴券 (5回分)
<input type="checkbox"/>		② デマンドバス利用券 (5回分)	なし
<input type="checkbox"/>		③ 道の駅しもつけ旬の野菜セット引換券 (1,500円相当)	発行日から1年間
<input type="checkbox"/>		④ 道の駅しもつけ下野市特産品セット引換券(1,500円相当)	発行日から1年間
<input type="checkbox"/>		⑤ 道の駅しもつけ商品券 1,000円分 (500円券×2枚)	発行日から1年間
<input type="checkbox"/>		⑥ きらら館トレーニング室利用券 (3回分)	発行日から1年間
<input type="checkbox"/>		⑦ 市内スポーツ施設 2時間利用券 (3回分) ※利用可能施設については、「広報誌6月号」か「市ホームページ」をご覧ください。 または、スポーツ振興課(☎32-8920)までお問い合わせください。	発行日から1年間

※記入漏れがあると、記念品をお届けできない場合がありますので応募前に必ず確認してください。  
申請後に記念品の変更はできません。お間違えの無いようご注意ください。

## ステップ1 健診を受けよう！ ※必須事項です！

年齢区分	20～39歳の方		40歳以上の方	
健診の種類	健康診査	以下のいずれかを受診で1スタンプ □ ヤング健診 □ 職域検診 □ 人間ドック スタンプ 年 月 日	健康診査	以下のいずれかを受診で1スタンプ □ 特定健康診査 □ 職域検診 □ 人間ドック スタンプ 年 月 日
	がん検診	以下のいずれかを受診で1スタンプ 子宮頸がん検診 ※今年度対象女性 乳がん検診 ※35～39歳女性 その他がん検診 スタンプ 年 月 日	がん検診	以下のいずれかを受診で1スタンプ 胃・肺・大腸・前立腺・子宮・乳がん 検診、胃ハイリスク検査、胃内視鏡 検査、肝炎ウイルス検査、骨密度 検査、結核健診、口腔がん検診 スタンプ 年 月 日
注意点	健康診査、がん検診の <u>どちらか受診すればOK</u> です。 <b>(最低1ポイント取得が必須)</b> ※市のがん検診は、基本的に40歳以上にならないと受診 できませんが(女性のみ年齢により受診可能項目あり) 職場でがん検診を受診した方はスタンプ対象となります。		健康診査、がん検診の <u>両方の受診が必要</u> になります。 <b>(2ポイント取得が必須)</b> ※人間ドックにがん検診の項目が含まれている場合には がん検診のスタンプ対象となります。	

※市の集団検診以外で健診を受診された場合には、結果などで健診を受診したことが分かるものを申請時にご持参ください。(健康増進課窓口に限る)