

令和4年度 しもつけ健康マイレージ ポイントカード

受付番号

氏名		性別	男・女・その他	生年月日	大・昭・平	年	月	日
住所	〒 - 下野市			電話番号	( )	-		

→希望する番号に○してください→	○	記念品の種類	利用期限
		① ふれあい館プール券 (3回分) ※教室受講等ほかの用途には使えません	発行日から1年間
		② ふれあい館入浴券 (5回分) ※教室受講等ほかの用途には使えません	発行日から1年間
		③ ゆうゆう館入浴券 (5回分)	発行日から1年間
		④ デマンド交通利用券 (5回分)	なし
		⑤ 道の駅しもつけ商品券1000円分(500円券×2枚) ※使えるお店に限りがあります	なし
		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
		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、「広報しもつけ6月号」が「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

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？	2. ステップ2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初めて ②毎年 ③その他( )	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15
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( )	
※国民健康保険の加入者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。	

※記入漏れがあると、記念品をお届け出来ない場合があります。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 今年度の「健康診断」を受診しよう！

	20～39歳の方	40歳以上の方
健康診断	以下のいずれかを受診で1ポイント <input type="checkbox"/> ヤング健診 <input type="checkbox"/> 職域検診 <input type="checkbox"/> 人間ドック	以下のいずれかを受診で1ポイント <input type="checkbox"/> 特定健康診査 <input type="checkbox"/> 職域検診 <input type="checkbox"/> 人間ドック
がん検診	以下のいずれかを受診で1ポイント 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	以下のいずれかを受診で1ポイント 胃・肺・大腸・前立腺・子宮・乳がん 胃ハイレスク・胃内視鏡・肝炎ウイルス 骨密度・結核・口腔がん
注意点	健康診断、がん検診のどちらかを受診すればOKです。 (最低1ポイントの取得が必須) ※1ポイント=1スタンプ ※市のがん検診は40歳以上が対象のため(女性のみ例外有)、がん検診のスタンプは職場での受診等が該当します。	健康診断、がん検診の両方の受診が必要になります。 (2ポイントの取得が必須) ※1ポイント=1スタンプ ※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、健診の結果など健診を受診したことが分かるものを申請時に市役所の健康増進課窓口へご持参ください。