

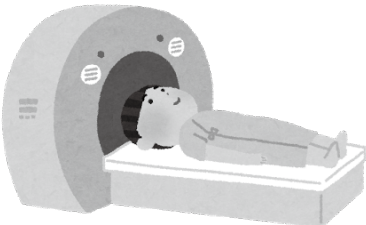
のぎ健康マイレージ

問 健康福祉課 電話(57)4171

町民の皆さんの健康づくりを応援するため、ご希望の方に健康マイレージカードをお配りします。健康づくりに関するポイントを貯めていただくと、記念品が贈呈されます。この機会に「健康」と「記念品」を手に入れましょう！

- 登録期間 6月1日(金)～ (定員200名に達するまで)
- 対象者 野木町在住の20歳以上の方

5つの健康目標のうち必須項目を含む5ポイント以上をクリアしましょう！

| | |
|--|--|
| 目標1：健康診査・がん検診を受診しましょう ※1回以上の健診・検診が必須です | |
| 1 健診・検診ごとに1ポイント <input type="checkbox"/> 職場健診 <input type="checkbox"/> 特定健診 <input type="checkbox"/> 後期高齢者健診 <input type="checkbox"/> 人間ドック <input type="checkbox"/> 脳ドック <input type="checkbox"/> 胃がん検診 <input type="checkbox"/> 乳がん検診 <input type="checkbox"/> 大腸がん検診 <input type="checkbox"/> 子宮がん検診 <input type="checkbox"/> 肺がん検診 <input type="checkbox"/> 骨粗しょう症検診 <input type="checkbox"/> 前立腺がん検診 <input type="checkbox"/> 結核検診 <input type="checkbox"/> 肝炎ウイルス検診 |  |
| 目標2：歯の検診などを受診しましょう | 目標3：健康に関する事業やイベントに1回以上参加しましょう |
| 1 事業ごとに1ポイント <input type="checkbox"/> 歯周疾患検診 <input type="checkbox"/> 歯科検診(治療以外) <input type="checkbox"/> 歯科相談 | 1 事業ごとに1ポイント <input type="checkbox"/> 健康相談 <input type="checkbox"/> 運動教室 <input type="checkbox"/> 健康教室 <input type="checkbox"/> ウォーキング大会 <input type="checkbox"/> マラソン大会 <input type="checkbox"/> ウォーキングパスポート登録 <input type="checkbox"/> 特定保健指導 <input type="checkbox"/> 健診結果説明会 <input type="checkbox"/> 健康タウン測定会 |
| 目標4：健康づくり宣言 ※必須項目です | |
| <input type="checkbox"/> 「健康づくり宣言」を記入し、3ヶ月以上取り組みましょう 例) ラジオ体操をやる、野菜を多めに取るよう心がける 等 | |
| 目標5：アンケートに回答しましょう ※必須項目です | |
| <input type="checkbox"/> 「野木町生活習慣病健診受診のご案内」に記載してある健康診査アンケート調査に回答しましょう。 | |

**5ポイント以上
クリアした方全員に
「記念品」プレゼント♪**



5月31日(木)まで
6月6日(水)まで
は禁煙週間です!!

- 応募方法
- ①町保健センター(健康福祉課健康増進係)窓口で登録申請をし、「健康マイレージカード」を受け取ります。
 - ②カードにある、健康目標の項目を確認し、自分の健康づくりに取り組みましょう。
 - ③5ポイント(必須項目を含む)以上貯まったら、カードに必要な事項を記入の上、身分証と健診・検診の受診の有無が確認できるものを添え、再度窓口申請します。
 - ④窓口で確認が済んだ後、記念品を受け取ります。