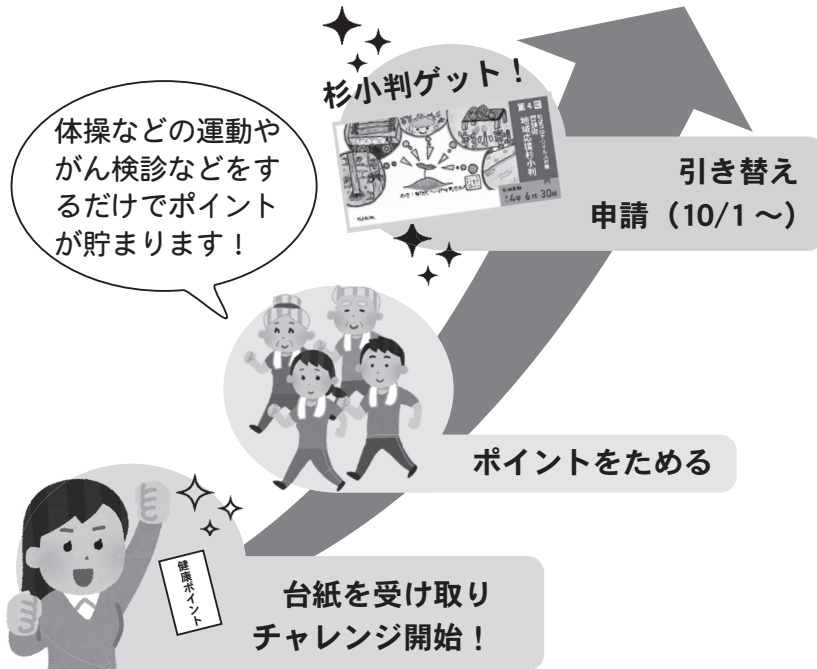


今年もやります！

智頭町健康ポイント事業



健康ポイントって？
 各種健診、健康教室への参加など、健康づくり活動に対して付与されるポイントです。20ポイントためると町内「木の宿場プロジェクト」参加店舗で使える『杉小判（1000円分）』と引き換えられます！
 ポイントの対象事業は下表のとおりです。また、ポイント達成者の中から、年度末に抽選で素敵なプレゼントも当たります。町内在住の18歳以上の人は個人でも団体でも、どなたでも参加できます！健康づくりを意識してポイントを集めましょう。

令和4年度 ポイント対象事業一覧

杉小判への引き替えは10月1日～です。各種健診、ドック、がん検診等を受診した人でポイントを希望する人は、健診結果を福祉課に持参してください。

健康ポイント内容	ポイント数
あたまいきいき音読教室	1
介護予防のための体操教室（月1回のみ）	1
健康講座・健康講演会	2
各種がん検診・肝炎ウイルス検査	2
ウォーキング事業（町・公民館主催）	2
食生活改善講座	2
ウォーキング実施（※1・2）	2
歯周疾患検診・後期高齢者医療歯科検診審査	2
ウォーキンググループの登録（※3）	3
職場で行う定期健康診断（ドック含む）	3
脳ドック（9ページ参照）	3
特定健診・後期高齢者健診	6
人間ドック・町ドック（8ページ参照）	8

台紙、ウォーキングの記録表は、
 ・「保健センター福祉課」
 ・「ちえの森ちづ図書館」
 ・「智頭町総合案内所」
 で配布中です！



- ※1 登録したグループによるウォーキングを実施。
（1か月のうち10日以上活動で2ポイント/月）
- ※2 グループ登録しない場合は1か月のうち10日以上活動で1ポイント
1か月のうち20日以上活動で2ポイント/月
- ※3 3人以上のグループをつくって福祉課で登録してください。

問合せ先 保健センター福祉課 ☎75-4101