

20ポイントで1,000円分の杉小判を進呈!!

智頭町健康ポイント事業

体操やがん検診、健康診断、講座、人間ドックなどでポイントがたまります!

杉小判ゲット!
杉小判



引替申請 (10/1 ~)



※ウォーキングスタンプ付与期間は令和8年2月末で終了

ポイントをためる



台紙を受け取り
チャレンジ開始!

健康ポイントって?

各種検診、健康教室への参加など、健康づくり活動に対してポイントが付与されるものです。20ポイントためると町内店舗などで使える『杉小判(千円分)』と引換できます!

町内在住の18歳以上の人は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ためましょう。

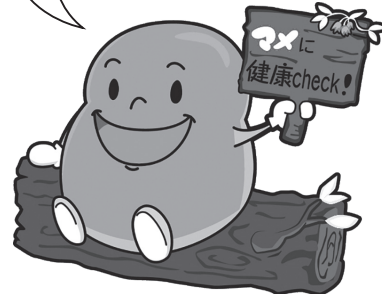
令和7年度 ポイント対象事業一覧

杉小判への引替は10月1日~です。各種検診、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、検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
温水プールでの運動(月1回のみ) ※1	1
健康講座・健康講演会・介護予防教室	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(※2・3)	2(1or 2)
歯周疾患検診・後期高齢者医療歯科健康診査	2
ウォーキンググループの登録(※4)	3
職場で行う定期健康診断(ドック含む)	3
脳ドック	3
特定健診・後期高齢者健診	6
人間ドック・町ドック	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 3人以上のグループを作って福祉課で登録してください。

※2 グループでのウォーキング実施(1か月の内10日以上で2ポイント)

※3 1人で行う場合は1か月の内10日以上で1ポイント、20日以上で2ポイント/月

※4 智頭温水プール利用料助成事業を利用されている人は対象外です。

相談・問合せ先

保健センター福祉課

☎75-4101