

～健康ポイントを貯めるには？～

参加する活動によって、付与されるポイント数が変わるよ！
色んな事業に参加してみてね！



同日に2種類以上の健診を受診すると10ポイント！！

- ・ 特定健診+がん検診
- ・ 同日複数種類のがん検診（胃がん+肺がん+大腸がん検診等）
- ・ 人間ドック（特定健診+肺がん検診など） など



5ポイント

受けて
ポイント

1種類のための健診の受診は5ポイント！

- ・ 脳ドックのみ、胃がん検診のみ等
- ・ 乳幼児健診
- ・ 特定保健指導
- ・ すこやか健康手帳の登録 など

- ・ 市が実施する健康づくり事業、各種健康教室・健康相談
- ・ 健康まつり
- ・ 健康ひろばで行う健康チェックの日、北大COIの日、フードデイ、クチトレフォローアップレッスン等への参加
- ・ おしゃべりルーム（ばぶばぶ・とことこ）

2ポイント

行って
ポイント

1ポイント

ふれあい
ポイント

- ・ 町内会の行事やサロン
 - ・ 企業の健康づくりへの取り組み
 - ・ 健康に関するサークルへの参加
- ※団体登録が必要です。

- ・ 設定した健康目標の達成

継続的に健康づくりに取り組むとポイントが貯まる！

※R5.4.1より新規と継続すべての目標宣言を終了しています

1ポイント

チャレンジ
ポイント



岩見沢市

岩見沢市健康福祉部
健康づくり推進課（保健センター）

〒068-8790
岩見沢市4条西3丁目1番地 であえーる岩見沢3階
電話：0126-25-5540
FAX：0126-25-5524
電子メール：hoken@city.iwamizawa.lg.jp

地域みんなで楽しく健康づくり

岩見沢市 健康ポイント事業

健康ポイント事業の
ご案内



18歳以上の市民の方ならどなたでも！
100ポイントで1,000円分の商品券と
交換できる！！

岩見沢市健康福祉部

岩見沢市 健康ポイント事業

岩見沢市では『健康寿命』の延伸を目指し、市民一人ひとりの健康づくりの取組みを推進するために「健康ポイント事業」をスタートしました。

健康ポイント事業は**18歳以上の市民**であればどなたでも参加でき、がん検診や人間ドックの受診をはじめ、市が実施する健康づくり事業への参加のほか、団体登録されている活動を行うことなどでポイントが貯まります。

100ポイント貯まると**1,000円分の商品券**と交換できます。



広報をぜひ確認してね！

広報いわみざわに

健ポ

このマークが付いている事業（健康づくり事業）が健康ポイントの対象となります。

～健康ポイントQ&A～

Q.ポイントカードの発行はどこで行うの？

- A.・保健センター（健康づくり推進課）
・岩見沢市役所（健康福祉部窓口③～⑨）
・北村支所、栗沢支所
・各サービスセンター

Q.ポイントの付与はどこで行うの？

- A.健康づくり事業を実施する市や団体登録済の町内会、サークルなどの代表者等がスタンプを押印します。

Q.商品券との交換はどこで行うの？

- A.・保健センター（健康づくり推進課）
・岩見沢市役所（健康福祉部窓口③～⑨）
・北村支所、栗沢支所
・各サービスセンター
で交換することができます。
また、日中働いている方などは、郵送でも手続きが可能です。

Q.商品券との交換には何が必要なの？

- A.商品券との交換には、
・100ポイントが貯まったカード
・身分証明書（マイナンバーカード、運転免許証、保険証、診察券等の氏名・生年月日が確認できるもの）
※本人確認をさせていただきます。

Q.商品券との交換は本人しかできないの？

- A.本人でなくても①か②の方法で交換できます。
①委任状（任意形式）の提出と代理の方の身分証明書の提示
②委任者の身分証明書の提示（コピー不可）

～団体登録しませんか？～

団体登録をすることで申請された活動に対して、ポイントを付与することができます。

【具体的な活動例】

- 健康づくりのために行っている活動
パークゴルフ、ラジオ体操、リズムダンス、卓球、テニス、ミニバレー、ウォーキング、ふまねっと など
□認知症などの介護予防のために行っている活動
サロン、カラオケ、囲碁、将棋 など

【団体の要件】

- 家族以外の市民5人以上で構成されていること
□健康づくりや介護予防に関する活動を主体的・積極的に行うことを目的としていること
□健康づくりや認知症などの介護予防、健康啓発として効果が期待できる事業を実施していること
□趣味・娯楽を目的とした団体ではないこと
□営利を目的とした団体ではないこと

団体の登録方法など、詳しくは岩見沢保健センターにお問い合わせください。

『健康寿命』とは健康上の理由で日常生活が制限されことなく生活できる期間のことだよ！



健康づくり普及員 イワくん