

ほくえい 令和8年度!!

# 健康ポイントラリー (応募用紙)

町民ならどなたでも参加できます

健康づくり事業（健診・各種がん検診や健康講座等）に参加して貯まったポイントで賞品をゲットしましょう！



## 1 健康づくり事業に参加して、ポイントシールをもらいましょう

裏面にある対象事業に参加すると、会場でポイントシールがもらえます。

令和8年4月1日～令和9年2月26日の間に健診を受診した方、研修会等に参加した方が対象です。町の健診を医療機関で受けられた場合は、健診内容と受診日をはがきに記入してください。

### ご家庭での自主的な取り組み

- ★血圧測定 ★ウォーキング ★体重測定
  - ★野菜摂取（食べよう野菜350） ★運動
  - ★減塩 ★オーラルケア ★食事チャレンジ
- 頑張りカードに自宅での取り組み状況を記入して、役場で青シールをもらいましょう。  
※詳細は、頑張りカードをご確認ください。

## 2 赤シール（健診事業）と青シール（健康講座等）を合計で5ポイント集めて応募しよう

応募ハガキにポイントシール（必ず赤シールと青シールの両方）を貼り付け、必要事項をご記入の上、役場（健康推進課・北条支所）に持参しましょう。（郵送応募もできます。）

※1色のみでは無効です。

※他の人のポイントや、昨年分は使用できません。

※医療機関で受けられた場合は、健診の内容と、受診日をはがきに記入してください。

役場へ持参した方は、参加賞をその場でプレゼント！  
・健康啓発トイレットペーパー 2個セット

応募〆切 令和9年2月26日(必着)

●問合せ先 北条町健康推進課 TEL 37-5867

## 3 令和9年4月上旬 200名様に賞品を贈呈します

応募が200名を超えた場合は、抽選とさせていただきます。（当選通知の発送をもって、発表にかえさせていただきます。）

賞品引き換え通知が届いたら、健康推進課へ引き換えにお出かけください。



切手

郵便はがき  
〒689-2292



東伯郡北条町由良宿423-1

北条町役場 健康推進課 行  
（ほくえい健康ポイントラリー）

※下記の枠内に必要事項をご記入ください。記入漏れがあると、商品をお渡しできない場合がありますのでご注意ください。  
※賞品の抽選対象となるのは1回目の応募のみです。2回目以降は参加賞のお渡しのみとなります。

フリガナ				性別
お名前				男・女
ご住所	北条町			
電話番号				年齢 歳
応募回数 ○を記入	1回目		2回目～	
ご希望賞品 応募回数1 回目の方の み○を記入	A 商品券 B オーラルケアセット C 前田農園セット D お米 E おみそ F ヨガマット G ハンディファン H アンクルウエイト(トレーニング器具)			
ご意見をお聞 かせください。				

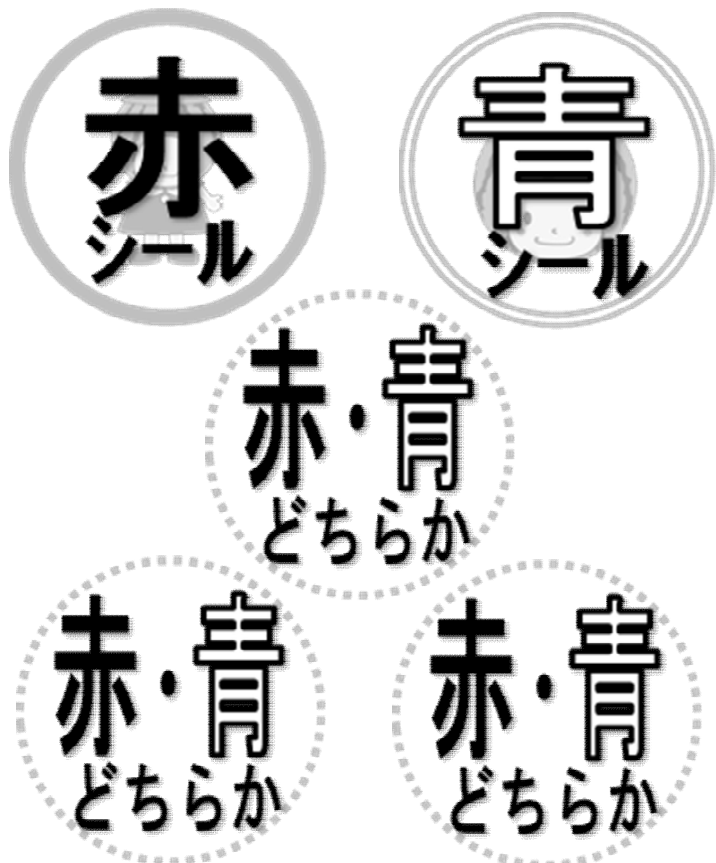
# 対象事業一覧

 <p>赤シール</p>	<b>■健診事業</b> (健診1種類につき1ポイント)	ポイント配布期間
	☆基本健診・特定健診(19歳以上)	○集団
	☆各種がん検診(胃・肺・大腸・子宮・乳・前立腺)	令和8年6月～令和9年2月
	肝炎ウイルス検査	○医療機関 ○職場
	脳健康チェック・骨量測定・体組成測定(セット健診会場)	令和8年5月～令和9年2月
	☆人間ドック ※4ポイント	
 <p>青シール</p>	<b>■健康講座等</b>	
いきいき健康講座・出前講座	通年(自治会毎)	
各種教室(運動教室・健診結果活用教室等)	期日未定	
食生活改善推進員による伝達講習	通年(自治会毎)	
<b>■運動関係</b>		
てくてくウォーキング・元旦マラソン	4月・11月・令和9年1月1日	
体力測定 ※2ポイント ・ ミニ体力測定	10月中旬・8月22日・12月12日	
<b>■その他</b>		
☆献血	6月・9月・12月	
自主的な取り組み(自分で目標を決めよう♪) ○血圧測定○ウォーキング○野菜摂取○減塩○運動 ○食生活改善○オーラルケア○食事チャレンジ○体重測定	令和8年5月～令和9年2月	








☆マーク  
 職場健診や町外での献血は、健診結果や献血カードなどを大栄庁舎にご持参いただくと、シールを差し上げます。

## 【ポイントシール貼り付け欄】

1色のみのお応募は無効です。(参加賞のみ)  
 他の方や昨年度のポイントは使用できません。



## ↓ 賞品はこちら ↓

- A ほくえい商品券**  
 (1,000円分) 
- B オーラルケアセット**  
 (はみがきセット) 
- C 前田農園セット**  
 (ごぼう肉みそ・たまねぎドレッシング) 
- D 日置さん家のお米** 
- E お母さんの味**  
 ジュエリーの手作りお味噌とらっきょう漬け 
- F ヨガマット** 
- G ハンディファン** 
- H アンクルウェイト**  
 ※足首に着用するトレーニング器具です。 