

栄町健康チャレンジ事業に 参加する皆様へ

栄町健康チャレンジ事業は、皆さま(町内在住の20歳以上の方)の主體的・継続的な健康づくりを目的とした事業です。

栄町健康チャレンジ事業の進め方

1 ①申請用台紙の健康チャレンジメニューに、取り組み目標を書きましょう。

目標設定で、20ポイント・1か月以上継続して目標を達成できたら、30ポイントをもらえます。

2 ②イベントメニュー一覧表を見て、ポイント対象事業に参加しましょう。

ポイントはすべて50ポイントです。

イベントメニュー一覧表

担当課	問合せ先	イベント名	イベントメニュー
健康介護課	33-7708	特定健康診査・後期高齢者健康診査	健診受診
		胃・肺・大腸・乳・子宮・前立腺・胃がんリスク	がん検診受診
		歯科健診(妊産婦・成人・後期高齢者) 骨粗しょう症検診・肝炎検査	その他の健(検)診受診
		インフルエンザ 高齢者肺炎球菌 風しん抗体検査 風しん予防接種	予防接種
		大人の食育講座	健康や運動に関するイベントへの参加
		ヨガビト講座	
		栄にこにこ健康塾	
		認知症サポーター養成講座	
		健康づくり教室	
		健康教育・健康相談・健康指導に参加	
いきいき広場			
献血をした			
福祉・子ども課	37-7185	マタニティクラス	健康や運動に関するイベントへの参加
		はっぴいルーム	
		子育て磨き塾	
		ワクワクタイム	
生涯学習課	95-1112	町民ブルー一般開放	健康や運動に関するイベントへの参加
		リバーサイドさかえドラママラソン	
		軽スポーツ教室	
		体力調査会	
健康介護課	33-7708	自治体活動やサークル活動などへの参加 ※町内会の活動は、草むしりに参加、学校行事の役員でも可 ※サークルは、運動以外のサークルや、町外のサークルも可	自治会活動やサークル活動などへの参加
		どらむ君健康づくり体操を实践した	どらむ君健康づくり体操を实践した
		広報さかえの健康よろず版等の健康記事を読んだ	広報さかえの健康よろず版等の健康記事を読んだ

※ 事業の対象者は、事業ごとに異なります。詳細は、それぞれの問合せ先にご確認ください。

3 ポイント対象事業参加後、申請用台紙に記録しましょう

ポイント対象事業に参加後、申請用台紙のイベントメニュー参加日と参加したイベント名を記録しましょう。

4 ③ボーナスメニューに挑戦しましょう

健康診断の結果等で、気になる数値がある場合は、ボーナスメニューに挑戦しましょう！

数値は、血圧、血糖、脂質のほか、体重や腹囲等、健康の指標となる数値であれば対象となります。

5 合計200ポイントが貯まったら、申請用台紙を健康介護課窓口もしくは郵送で提出しましょう。

担当からポイントを貯める虎の巻



ドラム君体操は
ここから見られます



秘伝1 どらむ君体操をYouTubeで見るべし。(見られない方には、健康介護課でCDの貸出可)

秘伝2 広報さかえ健康よろず版を見るべし。

健康よろず版には、保健師等の専門職からのアドバイスが詰まっています。

秘伝3 秘伝1・2を達成すれば100ポイント。これに健康チャレンジメニューの取組目標を加算すると…。

申請方法

合計200ポイントが貯まったら、申請用台紙の裏面アンケートを記入し、以下の方法で、申請しましょう。

1 窓口で提出

栄町役場健康介護課(5番窓口)健康推進班に提出してください。

2 郵送で提出

〒270-1592 栄町安食台1丁目2番 栄町役場 健康介護課 健康推進班宛

ち～バリュ～カードについて

県内の協賛店にて、ち～バリュ～カードを掲示することで、サービス特典が受けられます。

※ 旅行券の抽選は、ち～バリュ～ネットからチャレンジできます。



県内の協賛店については、左記のち～バリュ～カードにあるQRコードで見ることができます。インターネットを使わない方で、協賛店を知りたい方は、健康介護課にお問合せください。

よくある質問

「ち～バリュ～カード」は1枚で家族全員サービスが受けられますか？

受けられません。

個人の健康づくりを目的としていますので、個人でのカードの取得をお願いします。

「ち～バリュ～カード」は紛失したら再発行してもらえますか？

可能です。

健康介護課まで、お問合せください。

「ち～バリュ～カード」に期限はありますか？

交付日から1年間です。

有効期限の切れたものは使えませんので、ご注意ください。