

合計1,000ポイント
以上になると
商品券と
交換できます！

令和4年度 潮来市健幸ポイント事業

けんこう

健幸ポイント事業に参加 して、楽しみながら健康 になろう！

対象：市内在住の18歳以上(高校生除く)

参加申込期限：令和4年12月28日



二本松寺あじさいの杜にてウォーキング

潮来市健幸ポイント事業は、市民の皆さまが健康で幸せな生活を送ることができるよう、今年度より新たに開始する事業です。具体的には、左のページに掲載している「健幸ポイント対象活動」を実施し、かすみ保健福祉センターで健康相談の際に申請をして、1000ポイント以上となると商品券と交換できます。また、健幸ポイント事業参加者を対象に、豪華景品が当たる抽選イベントを予定しています。楽しみながら健康になって、商品券や豪華賞品をゲットしよう！

健幸ポイント事業とは

ポイントを集めて
商品券をもらう方法



◆健幸ポイント対象活動

合計1,000ポイント以上になると、商品券と交換できます(500ポイント毎交換)
(例)1,000ポイントは1,000円分、1,800ポイントは1,500円分の商品券と交換



健診、各種がん検診などを受診すると
※令和4年度の健診結果が必要です

300ポイント
(複数受診でも同ポイント)



健診結果がすべて正常値
(治療中の方も含まれます)

700ポイント



HbA1C値の改善
(ヘモグロビンエーワンシー)
※前年度と比較できる健診結果をお持ちください

500ポイント



健康維持・増進に関する目標の設定
(血圧・減塩・運動・禁煙等)

200ポイント



「元気アップ!りいばらき」の活用
※茨城県独自の健康づくりアプリ
※紙媒体での登録も可

500ポイント



健康づくり事業参加
※シルバーリハビリ体操、グラウンドゴルフ大会、市主催事業など

250ポイント
(複数参加でも同ポイント)



ボランティア活動に参加
※清掃大作戦など

250ポイント
(複数参加でも同ポイント)



区加入
新規 **1800**ポイント
継続 **800**ポイント

「元気アップ!りいばらき」とは

茨城県が県民の健康寿命日本一を目指して取り組んでいる事業で、健康づくり活動(ウォーキングや健康受診等)を推進するために『県公式スマートフォンアプリ「元気アップ!りいばらき」を活用し、運動、健康、食生活、コミュニケーションの4区別の活動をポイント化し、貯めたポイントで景品等に応募できる事業です。



◎参加申込・お問合せ先
潮来市 市民福祉部
かすみ保健福祉センター
(〒311-2434 潮来市島須777)
TEL 0299-64-5240
FAX 0299-80-3077
E-mail :
kenkou@city.itako.lg.jp
潮来市HP :
https://www.city.itako.lg.jp



◆健幸ポイント事業Q&A

- Q ボランティア活動や健康づくり事業参加の確認方法は?
- A 原則として参加者名簿を備えた事業を対象としますが、名簿等の提出は必要ありません。
- Q 申請に必須の活動はありますか?
- A 健診受診、健康維持・増進に関する目標の設定及び「元気アップ!りいばらき」の活用を必須とさせていただきます。

