

香美町 令和8年

健(幸)ポイント

健康寿命を
のばしましょう！



～健(幸)ポイント事業とは？～

町では、皆さんが生涯健康な生活を送れるよう、健康づくりに取り組んだ人に健(幸)ポイントを付与し、運動習慣の動機づけや定着を目指します。
皆さんと一緒に健康づくりに取り組みましょう。

～ 健(幸)ポイントを利用した感想 ～

- ・ポイント事業を知って、運動を始めるきっかけになり良かった。
- ・景品がもらえるので楽しみがあり、頑張って継続しようと思った。



① 申し込む！

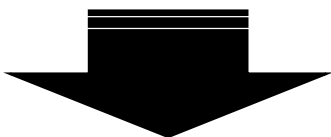
【対象者】 18歳以上（高校生を除く）の町民。

【申込方法】「健(幸)ポイント事業申込書」（裏面）に必要事項を記入の上、役場健康課または各地域局地域生活係へ提出してください。

※右記のQRコードで申し込みができます



※上記の申込が難しい方は電話やFAXでも申し込みできます。



② 実践記録簿が届く！

1日運動を実践すれば5ポイント！

新規参加者にボーナスポイント200ポイント！

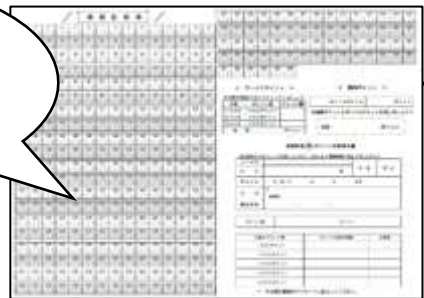
50日毎にボーナスポイント100ポイント！

さらに健(検)診を受診すると100ポイントがつきます！

【ポイントが貯まる期間】令和8年2月1日～令和8年12月11日

終了後は令和9年2月から次の年のポイントが貯められます。

運動した日を
書くだけ！



実践記録簿

申込書は裏面をご覧ください

③ 自分なりの **運動目標** を立てて実践！

例)ウォーキング、ノルディックウォーキング、ジョギング、ラジオ体操、
いきいき体操、介護予防体操、ストレッチ体操

運動習慣の無い人は・・・
まずは今より10分多く体を動かしましょう！



④ **景品がもらえる！**

景品交換は、1人2000ポイントを上限とします。

ポイント（500ポイント単位）を貯めると景品に交換できます。

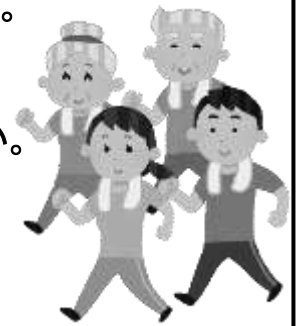
【景品】町指定ごみ袋、健康診査助成券（500円分）など

※景品は変更になる場合があります。ご了承ください。

【景品の申請時期】令和8年12月14日～12月25日

【景品のお渡し】令和9年1月中旬～

申込み者には別途ご案内します。



お問い合わせ 香美町健康課 健康増進係 TEL 0796-36-1114(直通)
FAX 0796-36-3809

----- 切り取り線 -----

令和8年 **健幸**ポイント事業申込書

住所	〒	電話番号			
氏名		生年月日	S・H	年	月 日 (歳)
氏名		生年月日	S・H	年	月 日 (歳)
氏名		生年月日	S・H	年	月 日 (歳)
氏名		生年月日	S・H	年	月 日 (歳)

下記は記入しないで下さい

・実践記録簿の配布 済(担当) ・未