

のぼりべつこくほ 健康ポイント事業 応募用紙

住 所	〒059-	ふりがな	
	登別市	町	丁目
	番地	氏 名	
生年月日	S	年	月
		日	電話番号
			-

次の①～⑨の取組内容1つにつき1ポイント獲得できます。※健診ポイントの①は必須です。応募には合計3ポイント以上が必要です。

ポイント	取 組 内 容		取り組んだ項目に○
健康ポイント <small>※令和7年1月～3月受診の予約を含む。</small>	①健診を受けた 必須 特定健診、短期人間ドック、脳ドック、バスクのいずれか1つを受診。		○
	②がん検診を受けた(最大1ポイント) 肺がん、胃がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん、口腔がん検診のいずれかを受診。		
参加ポイント	③ウォーキング体験に参加した (令和6年5月～10月)		
	④チャレンジウォーキングに参加した (令和6年6月)		
	⑤健康計測会に参加した (令和6年8月・11月)		
	⑥保健指導を受けた (令和6年1月～12月)		
チャレンジポイント	⑦健康づくりの目標に取り組んだ 内容：	取組期間(1か月間) / ~ /	
	⑧健康づくりの目標に取り組んだ 内容：	取組期間(1か月間) / ~ /	
	⑨健康づくりの目標に取り組んだ 内容：	取組期間(1か月間) / ~ /	

※⑦～⑨は、ご自身で決めた目標に1か月間取り組むと、目標1つにつき1ポイント獲得できます(最大3つまで)。

目標の内容と取り組んだ期間の日付を記入してください。

例/ラジオ体操をする、体重を測る、野菜のおかずを1品増やす、休肝日をつくる、禁煙するなど

合計ポイント(○の数の合計)

ポイント

ご希望の賞品に○をつけてください

※複数に○がついている場合や記入内容に不備があった場合は、こちらで賞品を選ばせていただきます。

合計ポイント	各賞	希望のもの 1つに○	賞品内容
6ポイント以上	A賞(1名)		登別温泉ホテル・旅館宿泊券(30,000円分)
5ポイント以上	B賞(2名)		体組成計(5,000円相当)
4ポイント以上	C賞(5名)		非常食セット9食分(3,000円相当)
3ポイント以上	D賞(10名)		ハンドソープ・ディスペンサーセット (2,000円相当)
	E賞(10名)		健康食品セット(2,000円相当)

アンケートにご協力ください

Q1.健康ポイント事業をきっかけに、取り組んだものや参加したものはありますか。

はい いいえ

Q2. (Q1で「はい」と答えた方)

取り組んだものや参加したものはどのようなものですか。

- 健診(特定健診・短期人間ドック・脳ドック・バスドック)
がん検診(肺がん・胃がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん・口腔がん)
保健指導
ウォーキング体験
チャレンジウォーキング
健康計測会
健康に関する取組 内容【 】

Q3.健康ポイント事業に参加して、健康への意識や行動に変化はありましたか。

- あった 内容【 】
なかった

Q4.今後も健康に関する取組を続けていきたいと思いませんか。

- はい 内容【 】
いいえ

Q5.健康ポイント事業に参加したご感想をお聞かせください。

【 】

ご協力ありがとうございました