

令和7年度

のびいべつ後期 健康ポイント事業

～健康づくりに取り組んで、健康と賞品を手に入れよう！～

対象者 登別市民で後期高齢者医療制度に加入している方(令和7年12月末時点)

取組期間 令和7年4月1日(火) ～ 令和7年12月31日(水)

応募期間 令和7年6月1日(日) ～ 令和8年1月9日(金) **必着**

賞品 ※各賞で賞品のコースを選べます。

10ポイント以上賞 計5名

い コース 健康ステッパー **理学療法士おすすめ**

ろ コース 電動歯ブラシ **歯科衛生士おすすめ**

は コース マッサージ機器 **保健師おすすめ**

8ポイント以上賞 計10名

に コース バランスクッション **理学療法士おすすめ**

ほ コース 歯みがきセット **歯科衛生士おすすめ**

へ コース だし詰め合わせ **管理栄養士おすすめ**

6ポイント以上賞 計15名

と コース トレーニングチューブ **理学療法士おすすめ**

ち コース 口腔トレーニンググッズ **歯科衛生士おすすめ**

り コース 脳トレドリル **ケアマネジャーおすすめ**



①ためる 健康づくりに取り組んでポイントをためよう

ポイントは、次の健康づくりに取り組むと獲得できます。

- 健診受診 (5ポイント) **★必須**
- 歯科健診受診、各種健康づくりイベントへの参加 (1～5ポイント)
- 通いの場に参加(1ポイント) ●ご自身で決めた健康づくりに取り組む(1ポイント)

★対象の取組や獲得できるポイント数の詳細は、裏面をご参照ください。

②応募する 6ポイント以上ためて、抽選に応募しよう

裏面の応募用紙に氏名等の必要事項と取り組んだ項目、アンケートを記載し、来所または郵送、申し込みフォームでご応募ください。

応募先

来所の場合 登別市健康長寿グループ(市役所3階)

郵送の場合 〒059-8701 登別市中央町6丁目11番地 登別市健康長寿グループ 宛

申し込みフォーム



問い合わせ 登別市保健福祉部健康長寿グループ 0143-57-1075

裏面、応募用紙



のぼりべつ後期 健康ポイント事業 応募用紙

ふりがな		住 所	〒	—
氏 名				
生年月日	T ・ S 年 月 日	電話番号		—
ポイント 合 計	ポイント ※応募には6ポイント以上必要です。	ご希望の 賞 品		コース ※い～りのご希望のコースを1つ選んでください。

取組内容	獲得 ポイント	取り組んだ 項目に○	取組内容	獲得 ポイント	取り組んだ 項目に○
①健診(健康診査・特定健診、 バスドック、短期人間ドックのい ずれか)を受診した ※受診予定含む	5	必須	⑧チャレンジウオーキングに参加した	1	
			⑨シニアモルック体験に参加した	1	
②後期高齢者歯科健診を受診した ※受診予定含む	5		⑩認知症サポーター養成講座に参加した	1	
③かるやか元気塾に3回以上参加した	2		⑪認知症サポーターステップアップ講座に参加した	1	
④シニア運動教室に3回以上参加した ※参加予定含む	2		⑫健康長寿フェスタに参加した	1	
⑤フレイル予防講習会に参加した	1		⑬通いの場*に月1回以上参加した 【団体名： 】	1	
⑥かるやか体操体験会に参加した	1		⑭健康づくりに取り組んだ(例： 体操をする。バランス良く食べる。) 【内容 】	1	
⑦シニアウオーキング体験に参加した	1				

*通いの場とは、地域の高齢者が定期的に集まって活動・交流する場所。(サロン、老人クラブ、サークルなど)

■アンケートにご協力ください。

Q1 健康ポイント事業へ参加することで、健康への意識に変化はありましたか。

(例:初めてシニアウオーキング体験に参加した。健康づくりのために歩くようになった。など)

☐はい【内容: _____】

☐ いいえ

Q2 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。

応募期間 令和7年6月1日(日) ～ 令和8年1月9日(金) 必着

※当選者には、賞品の発送をもってお知らせします。

※記載内容に誤りや不備等があった場合は、こちらで賞品を選ばさせていただきます。