



健康HAPPYポイントを貯めて 楽しく健康づくりをしましょう！

「尾鷲市健康HAPPYポイント事業」の利用の仕方は下記のとおりです。

【実施方法】

- ①健康 HAPPY ポイント手帳取得
(対象事業及び福祉保健センターにて配布)
- ②尾鷲市健康づくりポイント事業に参加しポイントを押印してもらう
- ③一定のポイントに達したら、特典を受け取る

【達成ポイント】

- 1冊目の達成ポイント → 75ポイントと150ポイント
- 2冊目以降の達成ポイント → 150ポイント

【特典交付方法】

福祉保健センター窓口で交換します。健康 HAPPY ポイント手帳をご提示ください。

- 75ポイント：ドリンクボトル
(ロゴマーク「ココロとカラダの健康づくり」)
- 150ポイント：選べる特典
(タオル・コースター・ティッシュ入れ・ペンケース)



【参加費】 無料

【対象者】 市民

ポイントをためて、健康づくり。

**健康
HAPPYポイント
手帳**

お名前 No.

住所

健康HAPPYポイント事業

尾鷲市では、市民の皆さんの健康を応援するために、市が指定する健康づくり事業(イベント)に参加するとポイントがたまる「健康HAPPYポイント手帳」を発行します。

ポイント	100	200	300	400	500
スタート!!					
					10
					20



<お問い合わせ>

尾鷲市 福祉保健課 健康づくり係
(福祉保健センター2階) ☎23-3871

尾鷲市健康づくりポイント事業 対象事業と獲得ポイント

担当課（担当係）		市が指定する健康づくり事業など	ポイント点数
参加型	福祉保健課 (健康づくり係)	- 健康教室 - 各種がん検診（集団・個別） - 歯周病検診 - 肝炎ウイルス検診 - 健康診断（特定健診・健康づくり健診） ＊健診・検診は健診結果票にて確認 - 健康相談 - Koko kara 健康ウォーキングデー - チャレンジ教室（特定保健指導） - 健康Happy Day - 健康づくり自主会 健康体操 元気アップみらい教室 三木里タラソ 木曜ウォーキング 生活習慣病予防自主会（OKL） - その他（随時実施する生活習慣病予防に関する事業）	各 1P
	(高齢者福祉係)	- スクエアステップ - 介護予防教室 - 尾鷲シルバー元気塾	各 1P
	商工観光課	おわせ海・山ツーデーウォーク	各 1P
	市民サービス課	各コミュニティセンターで実施している 運動・食に関する講座	1P
	生涯学習課	中央公民館で実施している運動・食に関する講座	1P
努力型	福祉保健課 (健康づくり係)	おわせ 30 日チャレンジ（30 日終了ごと）	5~10P
		てくてくウォーク（1 コース終了ごと）	1P
成果型	福祉保健課 (健康づくり係)	- 特定健診検査値改善 ＊健診結果票にて確認 ポイントを押す - 本人の目標達成（体重減少・血圧改善など） ＊30 日チャレンジ・自主会の個人記録などで確認	各 2P
三重県とこわか健康マイレージ事業と連携			
イオンウォーキングに参加し一定のポイントを獲得 ＊イオンが作成したポイントカードで確認			5P

※押印：各種健康づくり事業あるいは福祉保健センター窓口