

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・イベントなど | ポイント数 | |
|---|---|----------------------------------|------|
| ① 参加型 | 福祉保健課 (健康づくり係) <ul style="list-style-type: none"> ・健康相談 ・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・検診は結果票にて確認 ・特定保健指導 ・健康Happy Day ・健康づくり事業自主会 おわせ健康ライフ(OKL) 木曜ウォーキング 金曜ウォーク教室 元気アップみらい ・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) <ul style="list-style-type: none"> ・スクエアステップ ・尾鷲シルバー元気塾 ・介護予防教室 | 各 1P | |
| | 商工観光事業推進課 | おわせ海・山ツデーウォーク | 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 |
| | 文化・スポーツ振興課 | 中央公民館で実施している運動・食に関する講座 | 1P |
| ② 努力型 | 福祉保健課 (健康づくり係) <ul style="list-style-type: none"> おわせ 30 日チャレンジ(30 日終了ごと) *三重とこわか健康マイレージ事業と連携 | 5~10P | |
| | てくてくウォーク(1 コース終了ごと) | 1P | |
| ③ 成果型 | 福祉保健課 (健康づくり係) <ul style="list-style-type: none"> ・特定健診検査値改善 *健診結果票にて確認 ・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