

# 健康ポイント

皆さんは日頃、健康づくりのために継続的に取り組んでいることはありますか。

市は、健康寿命の延伸を目指し、市民の皆さん一人ひとりの健康づくりを推進するために健康ポイント事業を始めました。

この事業は岩見沢市に在住する30歳以上の方であれば、だれでも参加でき、ポイントの対象となる健康づくり事業に参加することで、ポイントが貯まる仕組みです。この健康ポイント事業をきっかけに、楽しく健康づくりを始めませんか。

## ポイントの対象となる健康づくり事業

| 事業名              | 獲得ポイント |
|------------------|--------|
| 特定健診・健康診査        | 5ポイント  |
| 人間ドック・脳ドック       | 5ポイント  |
| 各種がん検診           | 5ポイント  |
| 成人検診(特定健診+がん検診)  | 5ポイント  |
| レディース検診          | 5ポイント  |
| 特定保健指導           | 5ポイント  |
| 各種健康教室・健康相談      | 2ポイント  |
| 健康まつり            | 2ポイント  |
| 献血               | 2ポイント  |
| 町会 自治会 等の健康づくり事業 | 2ポイント  |
| 協賛企業等の健康づくり事業    | 2ポイント  |
| 個人の健康目標宣言        | 1ポイント  |
| 健康目標達成           | 2ポイント  |

## 施設利用券対象施設

| 施設名                          | 必要枚数(一人分) |
|------------------------------|-----------|
| スパ・イン・メープルロッジ(日帰り入浴)         | 3枚        |
| いわみざわ北村温泉ホテル(日帰り入浴)          | 3枚        |
| いわみざわ公園パークゴルフ場「ローズパーク」(1日利用) | 3枚        |
| 岩見沢市温水プール(1日利用)              | 3枚        |
| ひょうたん沼交流広場公園パークゴルフ場(1回利用)    | 2枚        |
| 栗沢パークゴルフ場(1日利用)              | 2枚        |
| 幾春別川リバーパークゴルフ場(1日利用)         | 2枚        |
| 土里夢公園パークゴルフ場(1日利用)           | 1枚        |
| 北村中央公園森森ヘルシー広場パークゴルフ場(1日利用)  | 1枚        |
| あやめ公園パークゴルフ場(1日利用)           | 1枚        |
| 岩見沢市総合体育館(2時間利用)             | 1枚        |
| 岩見沢市トレーニングセンター(2時間利用)        | 1枚        |

## ☆ステップ1 もらおう!

岩見沢市に在住する30歳以上の方であれば、岩見沢保健センター、市役所本庁、北村・栗沢両支所、幌向・朝日・美流渡・有明交流プラザの各サービスタワー(以下、手続き窓口)に備え付けの申請書を記入すると、その場でイフくんポイントカードを発行します。



## ☆ステップ2 貯めよう!

健康づくり事業に取り組んだり、健康に関するイベントに参加したりすると、ポイントカードにスタンプが押され、ポイントが貯まります。スタンプは、手続き窓口や事業の実施団体に押します。(内容によつては、健康づくり事業に参加したことを証明できるものが必要)



## ☆ステップ3 交換しよう!

10ポイント貯まると、手続き窓口で施設利用券1枚と交換できます。(郵送も可)

問合せ先 岩見沢保健センター

(10西3)  
☎25局5540

