

受けて、ためて、もらおう！

令和6年度 健康ポイント事業のご案内



健康増進のために、健診(検診)を受けて、各種健康活動・イベントに参加することで、ポイントがたまり、「うまっこ商品券」がもらえます。

★例えば…

健診【必須】(3ポイント)+がん検診(2ポイント)

健診【必須】(3ポイント)+各種健康活動2つ以上

★ポイント数に応じて「うまっこ商品券」がもらえます。



5ポイント達成者	「うまっこ商品券」 500円分
10ポイント達成者	「うまっこ商品券」 1,000円分

●ポイント事業対象者

五戸町に住所を有する者

●ポイント付与期間

令和6年4月1日～令和7年3月31日

●ポイント付与対象事業【詳しくは裏面をご参照ください】

※諸事情により対象事業が中止になる場合があります。

対象事業について追加変更等ある場合は随時ホームページでお知らせします。

●ポイント交換期間について

交換日	時間	場所
令和7年3月14日(金) ～4月15日(火) (ただし、土・日・祝日は除く)	8:30～17:00	五戸町役場(健康増進課) 各支所(浅田、川内、倉石)
令和7年3月15日(土)・16日(日)	9:00～12:00	五戸町役場(健康増進課)

問合せ先:五戸町 健康増進課 TEL:62-7958(直通)

●ポイント付与対象事業

対象事業		ポイント数	ポイント付与場所				
健診 【必須】	特定健診	3	・五戸町健診センターで受診した方は、その場で付与 ・上記以外の方は、後日付与※				
	後期高齢者健康診査 事業所健診(受診が確認できる書類により付与)						
がん 検診	各種がん検診 (胃、肺、大腸、乳、子宮のいずれかの受診で付与)	2	※人間ドックも対象です。 (健診+がん検診)=5点				
誕生日及び誕生日前後1か月内に受診の場合		+1					
脳 ドック	脳ドック受診	5	・五戸総合病院で受診した方は、その場で付与 ・上記以外の方は、後日付与※				
各種健康活動・イベント等参加 ※番号の事業は一回のみ付与		各 1 ポ イ ン ト	増進課	健康	公民館	ドーム	図書館
	1 五戸ドームトレーニング室利用		○		●		
	2 五戸図書館図書借入		○				●
	3 リフレッシュ健康体操教室 (かんたん体操・座ってらくらく体操・スクエアステップ)		○		●		
	4 町民登山		○		●		
	5 町民歩こう会参加		○		●		
	6 図書館ヨガ教室		○				●
	7 ノルディックウォーキング		○		●		
	8 転倒骨折予防教室 (トコトコ教室・とことん元気教室)		○	教室で付与			
	9 まち・カフェ		○	まち・カフェで付与			
	10 町民運動会		○	会場で付与			
	11 公民館講座		○	●			
	12 健診結果説明		●				
	13 特定保健指導		●				
	14 健康への5つの戸健康講座		●				
	15 献血		献血会場で付与				
	16 老人クラブ運動会		○	会場で付与			
17 五戸町民大学講座	○	●					

●:当日の付与が可能○:後日の付与が可能

※町外の健診場所では、その場でのポイント付与ができませんので、後日受診を証明できる物(健診結果、領収書)を五戸町健康増進課・各支所へお持ちください。