



## 健康診断での「うまっこカード」ポイント付与に変わる

# 新たな健康ポイント事業がはじまります！！

「健やかで心豊かな五戸町」実現のため、町民の健康増進を目的に、新たな健康ポイント交付事業を令和5年9月から開始いたします。  
ポイント事業に参加して、「うまっこ商品券」をゲットしよう！！

### ◎新規健康ポイント事業について

#### ●ポイント事業対象者

五戸町に住所を有する者

#### ●ポイント付与対象期間

令和5年4月1日～令和6年2月29日

※8月末までに受診した健(検)診及び脳ドック等についても、ポイント付与の対象となります。

※8月までに町の特定健診、後期高齢者健康診査を受診した方へは、ポイントカードを9月中旬に郵送いたします。お手元に届くまで、お待ちください。

上記以外で受診した方は、健康増進課へお問合せください。



©東京ハイジ/五戸町

#### ●ポイント付与対象事業【詳しくは裏面をご参照ください】

- ・健康診断受診【必須項目】
- ・がん検診受診
- ・脳ドック受診
- ・町が設定する 各種健康活動 等



#### ●ポイントカードについて

ポイントカードの名称:「nicocako(にこかこ)」

#### ●ポイントカードの発行場所

下記の場所でポイント付与時にカードを交付いたします。

ア 五戸町役場 健康増進課	エ 五戸総合病院
イ 五戸町健診センター	オ 五戸ドーム
ウ 五戸町立公民館	カ 五戸町図書館



#### ●ポイント交換について

ポイントに応じて、「うまっこ商品券」と交換できます。

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



## ●ポイント付与対象事業

項目	対象事業	ポイント数
(健診+がん検診)5ポイント 人間ドック	<b>健診受診【必須】</b> 特定健診 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)	3ポイント 
	<b>がん検診受診</b> 各種がん検診(対象のがん検診受診1つ以上で付与) 対象がん検診: 胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん	2ポイント
誕生月及び誕生月前後1か月内に受診の場合		+1ポイント
脳ドック健診	脳ドック受診(受診が確認できる書類により付与)	5ポイント
各種健康活動・イベント等参加  ※番号の事業は1回のみ付与	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) 9 まち・カフェ 10町民運動会 11公民館講座 12健診結果説明会 13特定保健指導 14健康への5つの戸健康講座 15献血	各1ポイント  

※各種健康活動・イベント等については、対象事業を随時更新いたします。追加される場合は、ホームページや広報等にてお知らせいたします。  
 また、諸事情により対象事業が中止になる場合がありますので、ご了承ください。

## ●ポイント交換期間

### ☆通常交換日

日時：令和6年2月26日(月)～令和6年3月15日(金) 土・日・祝日は除く  
 時間：8時30分～17時00分  
 場所：五戸町役場、川内支所、浅田支所、倉石支所

### ☆臨時交換日

日にち：令和6年2月23日(金・祝日)、令和6年3月16日(土)  
 時間：9時～12時  
 場所：五戸町役場



問合せ先：五戸町 健康増進課 TEL:62-7958(直通)