

平成29年 5月 1日

報道関係者 各位

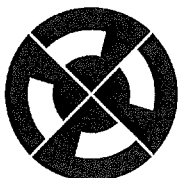
島原市いきいき健康ポイントについて

標記のことについて、下記のとおりお知らせします。

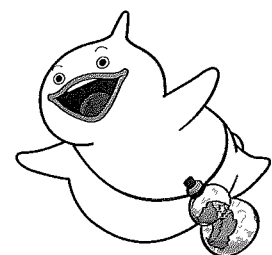
記

対象者 20歳以上の市民
期 間 5月1日～11月30日
内 容 別紙のとおり

有明海にひらく湧水あふれる 火山と歴史の田園都市



担当・島原市 保険健康課 健康づくり班
担当 吉本、荒木
電話・0957-64-7713



島原守護神キャラクター
「しまばらん」

平成29年度

島原市いきいき健康ポイント

～続けよう健康づくり ためよう健康ポイント～

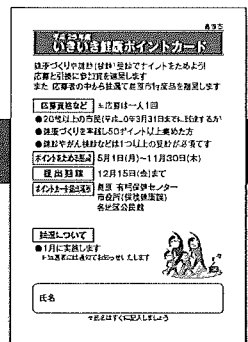


皆さんの健康づくりを応援します!!
健康のために運動に取りくんだり、健診を受けてポイントをためましょう。
抽選で島原市の特産品が当たります。

対象者 **20歳以上**の市民

ステップ1 ポイントカードをもらう

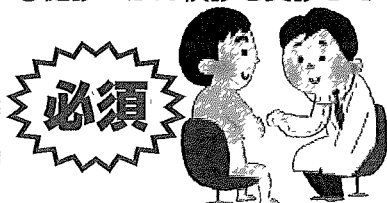
配布場所：島原市保健センター・有明保健センター・市役所（保険健康課）
有明支所・各地区公民館・集団健診（検診）会場 など
※市ホームページからダウンロードすることもできます



ステップ2 健康ポイントをためる

ためる期間：11月30日まで

①健診・がん検診を受診して



必須

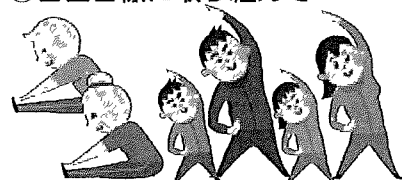
特定健診 **20**ポイント
各種がん検診 **15**ポイント

②対象の教室や講座に参加して



1講座ごとに **5**ポイント

③自己目標に取り組んで



1つの取り組みで
5ポイントまたは**10**ポイント
※最大3つまでポイント加算

合計で**50**ポイント以上をためたら

ステップ3 ポイントカードを提出する

提出期限：12月15日(金)

提出と引き換えに**参加賞**を進呈！

提出場所：島原市保健センター・有明保健センター・市役所（保険健康課）・各地区公民館

抽選で島原市特産品(スペシャルクオリティ商品)を贈呈

自分の健康づくりにご褒美
抽選で**最高2万円**の賞品が当たる！



昨年度賞品例

お問い合わせ先 島原市保健センター ☎0957-64-7713