

平成31年4月26日

報道関係者 各位

島原市いきいき健康ポイント事業について

標記のことについて、下記のとおり実施しますので、お知らせします。

記

- 対象者 20歳以上の市民
期 間 5月1日（水）～11月30日（土）
内 容 健診の受診や健康づくりの取り組み、健康教室の参加などで健康ポイントをためて応募すると、応募者全員に参加賞を進呈します。抽選で島原市特産品が当たります。
※詳細は別添のチラシをご参照ください

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 園田、山口
電話：0957-64-7713
E-mail：hocen@city.shimabara.lg.jp



島原守護神キャラクター
「しまばらん」

2019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(検診)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



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20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