

ポイントをためて健康と記念品をゲット えびな健康マイレージ2016



30ポイント	人間ドックの受診
10ポイント	がん検診や特定健診・職場健診・後期高齢者健診などの受診
5ポイント	健康度「見える化」体験会・市民ウォーク・健康マラソンなど、健康関連イベントや講座への参加
1ポイント	健康度見える化コーナーの利用・ウォーキングなど自主的な取り組み

応募までの3ステップ～30ポイントで1口分応募できます～

ステップ1

ポイントを貯めよう!

検(健)診の受診やイベント参加、健康への取り組みでポイントを貯める

実施期間
H28.4.1
～H29.2.28

ステップ2

応募しよう!

30ポイント貯まったら専用の応募箱へ投かんまたは郵送

ステップ3

抽選で記念品ゲット!

抽選の結果、当選すると、記念品がもらえます

健康マイレージポイントカード			
ポイント	がん検診・健診等	健康の取り組み	1日1ポイント
30ポイント	人間ドック	ラジオ体操	4/2 4/5 4/6 4/7 4/8
1つのOに10ポイント	がん検診 (大腸・肺・子宮乳・口腔・前立腺)	6 7 8 9 10	11 12 13 14 15
	健診 (健診・歯科検(健)診)	16 17 18 19 20	21 22 23 24 25
	イベントや講座への参加	26 27 28 29 30	
	1つ6ポイント		

記録は専用のポイントカードへ
健康への取り組みを行い、専用のポイントカードに記入またはシールを貼付します。

ポイントを貯めながら楽しく健康づくりができる「えびな健康マイレージ」。日々の健康に関する取り組みでポイントを貯めながら、みんなで健康になることを目指します。参加者には参加賞のほか、抽選で記念品を贈呈。健康的な生活習慣を身に付けるきっかけとして、チャレンジしてみませんか。

▼対象 市内在住・在勤・在学の20歳以上の方
▼期間 平成29年2月28日まで
▼抽選会 事前に行う予備抽選の当選者を対象に、平成29年3月(予定)に行います。抽選会の参加対象者には、個別に通知します。



ポイントカード
配布場所

市内公共施設のほか、市ホームページからもダウンロードできます。また、各種検(健)診通知と併せて送付しています。

応募方法

必要事項を記入し健康づくり課へ郵送、または市役所・保健相談センター・えびな市民活動センター・各コミセンに設置の専用応募箱に入れてください。



未病センターえびな 健康度見える化コーナー

問 健康づくり課 ☎(235)7880

▶場 所 保健相談センター1F(中新田377)

▶利用時間 8時30分～17時15分(平日のみ)

利用者の声

- 一人ですべて測定できるか不安でしたが、スタッフの方の案内で安心して利用できました。(70代女性)
- 健康のために日頃からウォーキングをしています。今回の測定結果が楽しみです。(60代男性)
- 子育てに追われる毎日ですが、まずは自分の健康に目を向けなければと思います。利用するようになりました。(30代女性)



近隣6市町村の健康度見える化コーナー設置場所

厚木市	保健センター
大和市	保健福祉センター
座間市	市民健康センター
綾瀬市	保健医療センター
愛川町	健康プラザ
清川村	保健福祉センターやまびこ館



機器の使い方から測定結果の見方、未病についての説明を、保健師と栄養士が行います。

操作方法教えます 健康度「見える化」体験会



- ▼開催日 6月21日(火)・7月14日(木)・8月22日(月)・9月8日(木)
- ▼時間 9時～10時40分(1回30分程度)
- ▼定員 各回先着5人
- ▼費用 無料
- ▼申し込み 直接または電話で保健相談センターへ。

「健康度見える化コーナー」は、県の「未病を治すかながわ宣言」に基づき、県民の誰もが高齢になっても生き生きと健康に暮らすことを目的に設置しているものです。同コーナーは海老名市のほか、厚木市・大和市・綾瀬市・座間市・愛川町・清川村にも設置。近隣6市町村と連携することで、出掛けた先でも利用できるよう、広域的な健康づくりに取り組んでいます。そのほか、測定結果の記録に役立つ「健康度見える化手帳」も共通で発行しています。



▲健康度見える化手帳は連携市町村の健康度見える化コーナーで配布。

近隣6市町村でも測定できます