



# ミムリン健幸ポイント事業への参加方法

## ■事業スケジュール



## ■ポイント項目

項目	ポイント獲得条件	ポイント数
歩数	1日の歩数が年齢別に設定された目標歩数を達成	1～10Pt/日
特定健診など	特定健診または人間ドックを受診	1,000Pt/年1回
	受診後、結果が健康な人（すべての項目が基準値以内）	1,000Pt/年1回
がん検診など	胃がんリスク・前立腺がん・大腸がん・肺がん・乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症・歯周疾患検診を受診	50Pt/各1回
高齢者いきいき対策事業	高齢者いきいき対策事業に参加	500Pt/回 (年2回まで)
事業・イベントに参加	めざせ！毎日1万歩運動、元気！いきいき100歳体操サポーター養成講座に参加	1,000Pt/回 (年2回まで)

## ポイント項目について

**歩数**

◎歩数計で参加する場合  
リーダーライターで歩数データを送信することによりポイントを獲得できます。  
※過去30日分の歩数データしか保存できないため、30日に1回はリーダーライターで歩数データを送信してください。

◎ミムリン健幸情報アプリで参加する場合  
毎日自動でポイントを獲得できます。

**特定健診など**

◎毎年6月と7月に行われる町の特定健診を受診した場合、今年度は自動的にポイントを獲得することができます。

◎お勤め先で特定健診を受診する場合や医療機関で人間ドックを受診する場合、健診結果を平成30年1月31日までに保健センターへ提出することでポイントを獲得することができます。

**がん検診など**

町の受診券を利用し、がん検診などを受診した場合、今年度は自動的にポイントを獲得することができます。

**高齢者いきいき対策事業**

各行政区で行われている、高齢者いきいき対策事業に参加した場合、2回を上限としポイントを獲得することができます。

**事業・イベント**

「めざせ！毎日1万歩運動」と「元気！いきいき100歳体操サポーター養成講座」に参加した場合、合計2回を限度としポイントを獲得することができます。

※来年度以降、事業内容が変更となる場合があります。

問合せ＝保健センター  
☎76-28555

幸子親子、『ミムリン健幸ポイント事業』に参加する…の巻

