

美幌町健康マイレージ

健康づくりでポイントをためよう

カードの申請・ポイントの交換期間：令和8年4月1日～令和9年3月31日

ポイント一覧

	1 ポイント	2 ポイント	3 ポイント
しゃきっとプラザでの 各種健（検）診 健康診査、胃がん、肺がん、大腸がん、子宮がん、 乳がん、ピロリ菌、前立腺がん、肝炎、エキノ コックス、骨粗しょう症検診、脳いきいき健康 チェック	○		
健診結果相談会、健康相談		○	
結果相談会歯科相談 歯っぴい健診	○		
健康づくり実践記録 運動記録30日分、血圧記録30日分、 体重記録30日分、野菜摂取記録30日分、 シニアの食品10品目摂取記録14日分	○		
ウォーキングマップ[®] 1 区間達成			○

5ポイントごとに景品と交換できます（年度内上限20ポイント）
定例健康相談日（裏面参照）に健康推進グループ窓口（役場6番窓口）
へお越しください。



お問い合わせ先 美幌町役場健康推進グループ

（窓口⑥） 77-6544 77-6545