



参加料無料

【第5弾】歩いてもらおう！ たかはる健幸ポイント事業

「歩く」ことで、認知症の予防や生活習慣病を予防・改善の効果が期待されます！
楽しく歩きながら健康習慣を身につけましょう！

特典1

最大 **2,000** 円分

A賞	500P以上	2000円商品券
B賞	300～ 499P	1500円商品券
C賞	150～ 299P	1000円商品券

特典2

参加特典
ほほえみ館トレーニングコース
無料体験チケット

「特典1」のA賞～C賞のいずれかを
達成した方で、特別ポイント合計が、
1,000P以上の方

1,000円分の商品券をプレゼント

対象者

20歳以上の町民又は町内在勤者
他市町村で実施されている同類事業に参加されている方は対象外です。

実施期間

令和6年6月1日から令和6年11月30日まで

受付期間

令和6年5月15日から令和6年5月31日まで

※原則、役場の開庁時間です。時間外を希望される方はお問合せ先へご連絡ください。

申込窓口

申込は以下の3つで受付できます。**特典2（測定）**を希望される場合は、
★印のほほえみ館でのみ受け付けます。必ずご本人がお越しください。

- ★①（ほほえみ館）健康課、福祉課
- ②（役場1階）町民課 保険係
- ③（中央公民館）教育総務課 社会教育係



高原町は「健幸」（個々人が健康かつ生きがいを持ち豊かな生活を営む）をこれからのまちづくりの基本とし、**スマートウェルネスシティ構想**に取り組んでいきます！

ポイントの詳細については、裏面をご覧ください。

お問合せ

高原町健康課 健康推進係

TEL: 0984-42-4820 / FAX: 0984-42-4550

健幸ポイント事業の参加方法

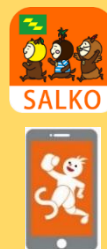
手順① ポイントカードをもらいましょう!

申込窓口で、参加申込書を記入しポイントカードを受け取りましょう！申込書及びポイントカードについては、高原町ホームページからもダウンロードすることができます。



手順② SALKOを登録しよう!

「SALKO」を登録（※1）すると、ポイント期間中の歩数を記録することができます！「SALKO」を登録していない方は、右記のQRコードから新規登録してください。



(Androidの方)

(iphoneの方)



※1 「Android」のスマートフォンを使用している方は、「Google Fit」アプリをインストールする必要があります。

※2 スマートフォンをお持ちでない方は、万歩計等での測定も可能です。

ポイント一覧

《得点1》 歩数ポイント	1日の歩数：1000～3000	1P
	1日の歩数：3001～5000	2P
	1日の歩数：5001～7000	3P
	1日の歩数：7001以上	4P

《特典2》 特別ポイント	必須	特定健診、長寿健診、わけもん健診、人間ドッグ勤務先の健康診断 注1)、注2)	600P
		肺がん検診、乳がん検診、子宮がん検診、歯科検診等の各種検診の受診 注1)、注2)	各300P
		「SALKO」アプリを利用したの参加※申し込み窓口でニックネーム、 利用者コードの提供に同意された方	200P
		各種健幸（康）講演（講習）会・イベントへの参加	100P
		「身長・歩行能力・BMI」を測定して数値の維持、改善された方 ※初回測定されなかった方は対象外	100P
		地域のゴミ拾い、健幸遊具（ちびっこ広場）を使ったトレーニング、 毎日の体重測定、献血	1回50P
		<町が実施している企画への参加> ①トレーニングコース、肩こり腰痛予防教室、百歳体操、生涯学習講座 ②高原町スポーツ推進委員連絡協議会主催の校区别スポーツ教室 ③SWC健幸グラウンド・ゴルフ大会 ④電動三輪自転車利用申込者	① 1回10P ② 1回50P ③ 1回100P ④ 1回100P
	参加証の提示 ポイントカード提出時に第4弾（令和5年度）の参加証を提出された方	100P	

注1) 4月1日以降に受診した健(検)診等も対象となります。

注2) ポイント取得の条件は、参加申込時にご説明いたします。

ポイントカード【提出先】健康課 健康推進係(ほほえみ館内)
【提出期限】令和6年12月2日～12月27日