

高原町 介護予防健幸ポイント事業

「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るほか、社会参加を積極的に行うことにより、認知症の発症リスクが抑えられるとの研究結果も発表されております。

参加料無料

特典1 毎日、継続してウォーキングを行った方に対して特典1をご用意しております。

A賞 450ポイント以上 **1,000円分**の商品券

B賞 250～449ポイント **500円分**の商品券

※<特典1>で獲得できる商品券は最大1,000円です。

特典2 介護予防に効果的な取り組みを行った方に対して特典2をご用意しております。

A賞 300ポイント以上 **2,000円分**の商品券

B賞 200～299ポイント **1,000円分**の商品券

C賞 100～199ポイント **500円分**の商品券

※<特典2>で獲得できる商品券は最大2,000円です。

※特典1と特典2を合わせて最大**3,000円分**の商品券を受け取れます。

※歩数計や血圧手帳等につきましては、参加者ご自身で用意してください。

※ウォーキングアプリ「SALKO」は、サービス終了しておりますので、代替りのウォーキングアプリ等を使用してください。

対象者

町内在住で介護保険制度において高原町が保険者となっている第1号被保険者（65歳以上）
※R9.3.31時点で65歳以上である方

実施期間

令和8年7月1日から令和8年12月31日まで

受付期間

令和8年6月1日から令和8年6月30日まで（8：30～17：15）
※閉庁日である土日祝日は除きます。

受付窓口

福祉課高齢者あんしん係（ほほえみ館内）



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

高原町役場 福祉課高齢者あんしん係（ほほえみ館内）

TEL:0984-42-2581

介護予防健幸ポイント事業の参加方法

STEP① 参加申込をして、ポイントカードをもらいましょう！

申込窓口（福祉課高齢者あんしん係）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！

STEP② ウォーキングアプリや血圧手帳を準備しましょう！

計測する歩数計やウォーキングアプリ、毎日の血圧測定を行ったあとに記録するための血圧手帳や血圧手帳アプリを準備してください。

ポイント一覧

	2,001歩～ 3,000歩	3,001歩～4,000 歩	4,001歩～5,000 歩	5,001歩～ 6,000歩	6,001歩～
65歳から74歳	-	-	1ポイント	2ポイント	3ポイント
75歳から84歳	-	1ポイント	2ポイント	3ポイント	3ポイント
85歳以上	1ポイント	2ポイント	3ポイント	3ポイント	3ポイント

取組事項	ポイント
茶飲み場参加	20ポイント/1回
脳活教室参加	10ポイント/1回
百歳体操参加	10ポイント/1回
Eスポーツ用ゲーム機貸出（団体対象・福祉課保管）	100ポイント/1回
電動三輪車の貸出・試乗体験（福祉課保管）	100ポイント/1回
高原町シルバー人材センター会員（12/31現在）	250ポイント
高原町老人クラブ会員（12/31現在）	250ポイント
地域活動での役員従事（ボランティアや趣味関係グループを含む）（12/31現在）（重複不可）	250ポイント
地域ボランティア会員（12/31現在）（重複不可）	250ポイント
いきいきリーダー養成講座の受講経験者	25ポイント
血圧測定	1ポイント/1日
体重測定	1ポイント/1日