

ほんべつ

健康ポイント事業

町では、町民の皆さんが健康づくりに関する取り組みのきっかけづくりのため、「ほんべつ健康ポイント事業」を行っております。

各種健診の受診や運動など、健康づくりに関する活動に取り組むと、スタンプが付与されます。10スタンプ貯まると、1,000円分の商品券をお渡しします！

楽しみながらスタンプを貯めて、健康寿命の延伸を目指しましょう！

対象：18歳以上で本別町に住所を有する方

期間：令和6年4月1日～令和7年3月31日

※スタンプ押印期間は、令和6年5月1日～令和7年3月31日です

参加方法

①スタンプカードを入手！

各種対象事業へ参加しスタンプカードをもらう、もしくは事前にカードが欲しい方は、役場健康・こども課（☎22-8130）、または健康管理センター（☎22-2219）へご連絡ください。

②スタンプを貯めよう！～目指せ10スタンプ！～

健診・各種がん検診の受診（受診した際の領収書もしくは結果票の提出も可）や歯科健診、献血が必須事業のため、10スタンプのうち最低1スタンプは必須事業へ参加する必要があります。

その他、各種運動教室や講演会、各自取り組んでいる運動の記録表の提出（記録表は役場健康・こども課と健康管理センターにあります）などで貯めることができます。

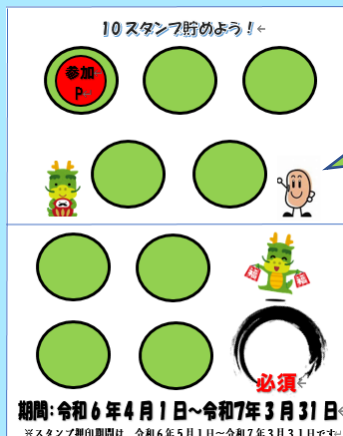
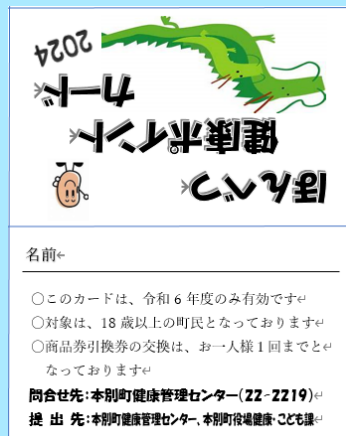
※裏面に対象事業を記載しています

③申請し商品券をもらおう！

10スタンプ貯まったカードを役場健康・こども課もしくは健康管理センターへ提出してください。

提出後、商品券の引換券をお渡ししますので、本別町商工会にて商品券と引き換えてください。

スタンプカード



この欄に10個のスタンプが押印されていれば商品券の引換券と交換できます。このうち1スタンプは必須事業を受けていただく必要があります。

お問い合わせ

〒089-3334

本別町北6丁目11-4

本別町健康管理センター（☎22-2219）

対 象 事 業		スタンプ
必 須 事 業	●健康診断、がん検診、歯科健診、献血等	
	健診を受ける（国保特定健診・後期高齢者健診・職場健診） ※職場の健診は人間ドック含む	3
	通院先で実施する血液検査結果の提出	3
	特定健診、後期高齢者健診、健康診査（町民ドック・厚生施設ドック・PET 健診）を 2 年連続受診している	1
	胃、肺、大腸がん検診（町集団検診・職場健診） ※職場の健診は人間ドックに含まれないがん検診	各 2
	ピロリ菌検査（対象：20 歳以上）	1
	ヘリカル CT 検診（町民ドック・厚生施設ドックオプション）	2
	人間ドック（町民ドック・厚生施設ドック）、PET 検診（北斗病院）	各 6
	脳ドック	3
	肝炎ウイルス検診（町集団検診）	1
	前立腺がん検診（町集団検診・町民ドックオプション・職場健診）	1
	骨粗しょう症検診（町民ドックオプション・職場健診）	1
	子宮、乳がん検診（町集団検診・個別検診・職場健診）	各 2
	歯科健診（町が実施する健診・各歯科医院での健診）	3
	妊婦歯科健診（対象者には受診票を渡しています） ※母子手帳で結果を確認します	3
	健診結果説明会（集団・個別）	2
	献血 ※献血カード持参必要	2
そ の 他 の 事 業	●町主催のイベントや健康づくり活動	
	健康相談（フクハラでのまちの保健室・地域サロン） ※1 回参加で 1 スタンプ	1
	食生活改善推進員主催の活動参加（料理教室など） ※1 回参加で 1 スタンプ	1
	講演会（健康づくり・介護予防） ※1 回参加で 1 スタンプ	2
	オレンジカフェ ※1 回参加で 1 スタンプ	1
	まる元運動教室、元気いきいき教室 ※1 回参加で 1 スタンプ	1
	各種運動教室（水中運動講習会・健康づくり教室・出張フィットネスなど） ※1 回参加で 1 スタンプ	1
	体育施設の利用（町体育館・増進センター・ふれあい多目的アリーナ、町民水泳プール）※団体利用可	1
	運動記録表の提出（上段以外の施設での運動・自宅でのトレーニング・ウォーキング等） ※記録表は健康管理センターにあります ※運動 1 回につき 1 スタンプ	1
	産後ケアクラス	2
	子育てママのためのリフレッシュ講座（エアロビクス・ヨガ）	各 2
	健康ポイント事業へ参加 ※年度内に 1 回	1
	健康ポイント事業を知人友人に紹介した人 ※年度内に 1 回	1
	健康ポイント事業を知人友人に紹介された人 ※年度内に 1 回	1

- ・必須事業とその他事業で合わせて 10 スタンプ貯まると商工会商品券 1,000 円分の引換券をお渡しします。
- ・職場健診については受診が確認できるものを提出してください。（結果票、領収書等）
- ・各歯科医院で受ける歯科健診は、領収書と診療明細書を提出してください。