

ほんべつ健康ポイント事業のお知らせ

町では、町民の皆さんが健康づくりに関する取り組みをすすめるきっかけ作りのため、「ほんべつ健康ポイント事業」を実施します。

本別町の健診結果等をもとに分析した健康課題は、以下の①～③の通りとなっています。

①運動習慣のある人の割合（30.1％）が、国（40.4％）や道（38.5％）と比較して非常に低い

②メタボリックシンドローム該当者の割合（34％）が年々増加している（道内2位）

③血管障害を引き起こす、血糖値・血圧値が高い人が多い

これらを解決するために健診を受診して早期にご自身の健康状態を確認しましょう。また、健康づくり活動に取り組み、楽しみながらスタンプを貯めて、健康寿命延伸を目指しましょう。スタンプを集めると、ゆうゆうカードに500ポイント付与します。ぜひご参加ください。

対象：18歳以上で本別町に住所を有するかた

どうやって参加すればいいの？



①5月1日号広報ほんべつに折込みされている本事業の案内チラシ（ピンク色）のスタンプカードを切り取りお使いください。カードが足りない場合は、健康管理センターで配布しています。

②健康ポイントを貯めよう！～目指せ6スタンプ！～

健診・がん検診（職場健診、人間ドックの結果写しを健康管理センターに提出でも可）が要件です。その他、体育施設利用、各種運動教室参加などでもスタンプが貯まります。必ずスタンプカードを持参しましょう。お財布に入るちょうどよいサイズです。

③申請しよう！

6スタンプ貯まったら、健康管理センターへ！「ゆうゆうカード」に500ポイント（500円相当）を付与します。

ゆうゆうカードをお持ちでないかたは、ゆうゆうカード加盟店でカードを入手できます。500ポイント預かり証を発行いたしますので、加盟店等で付与を受けてください。

◆健康ポイント対象事業は、裏面に記載しています。

対象事業	スタンプ押印場所
健康管理センターで実施する健診・がん検診、結果説明会	健診受診時、結果説明会の際に押印
通院先の血液検査結果提出によるデータ提供	検査結果（写し可）を健康管理センターへ提出時に押印
特定健診情報提供制度によるデータ提供（町内医療機関）	保健師からの文書指導送付時にスタンプシールを同封
町内医療機関における個別特定健診、町民ドック	国保病院個別特定健診⇒結果説明会時に押印 ほんべつ循環器内科クリニック個別特定健診、町民ドック⇒スタンプシールを郵送。
厚生病院施設ドック・町外医療機関における個別特定健診・がん検診・職場健診	結果表（写し可）を健康管理センターへ提出時に押印
各健康教室・健康相談・施設利用・講演会	各健康教室参加・施設等利用時に押印

スタンプカードの有効期間

令和5年5月1日～令和6年3月31日



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（平日8:30～17:15）

☎0156-22-2219

健康ポイント対象事業

今年度の対象事業はこちらです

対象事業		スタンプ (健康ポイント)
◆健康診断・がん検診など		
健康診断（国保特定健診・各職場健診・情報提供制度・データ受領）	必須事業	1
後期高齢者健診（集団・個別・情報提供）		1
胃・肺・大腸がん検診		各1
ピロリ菌検査（対象：20歳以上）		1
ヘリカルCT健診（町民ドック・厚生施設ドックオプション）		1
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4
脳ドック		1
肝炎ウイルス検診		1
前立腺がん検診・骨粗しょう症検診		1
子宮・乳がん検診（集団・個別）		各1
歯科健診（本別町が実施する健診を対象とする）		1
健診結果説明会（集団・個別）		1
健康づくり講演会		1
健康相談（フクハラにおけるまちの保健室、地域のサロン） ※上限3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
◆町主催のイベントや健康づくり活動		
介護予防講演会		1
まる元運動教室 ※1ヵ月休まず参加できたら1スタンプ付与		1
元気いきいき教室 ※1ヵ月休まず参加できたら1スタンプ付与		1
各種運動教室（水中運動講習会、ケアC・健管・スポーツ担当健康づくり教室など）		1
体育施設利用（体力増進センター、町民水泳プール、ふれあい多目的アリーナ、町体育館） ※上限5スタンプ		1
1日30分以上の運動（ウォーキングなど）を週2回以上、1ヵ月間実施 （健康管理センターに記録表持参で1スタンプ付与、記録表は健康管理センターにあります）		1
各種スポーツ講演会・町主催のスポーツのイベント（周知の際にお知らせします）		1

