

健康マイレージ対象事業



	対象事業	ポイント	条件	ポイント付与の場所	事業の担当課
おとなの健（検）診	特定健康診査	1	国民健康保険の方	藤岡市内医療機関・集団検診会場	保険年金課
	特定保健指導	2	特定保健指導の対象者	子育て・健康センター	
	後期高齢者健康診査	1	後期高齢者保険の方	藤岡市内医療機関	
	職場（健）検診	1	国民健康保険の方	健康マイレージ日	
	人間ドック	3	国民健康保険 ・後期高齢者保険の方	市内医療機関 市外で受診した方は健康マイレージ日	
	大腸がん検診	1	検診を受ける ※検診の対象年齢の方に限る	集団検診会場	健康づくり課
	胸部レントゲン検診 (結核・肺がん検診)	1			
	前立腺がん検診	1			
	肝炎ウイルス検診	1			
	骨粗しょう症検診	1		藤岡市内医療機関・集団検診会場	
胃がん検診	1				
乳がん検診	1				
子宮頸がん検診	1				
歯周病検診	1	藤岡市内医療機関			
妊娠・出産	個別妊婦歯科健診	1	健診を受ける	藤岡市内歯科医院	子育て応援課
	ママサロン	1	事業に参加する	子育て・健康センター	
ウォーキング	G-WALK+	1	1ヶ月に24万歩以上歩く ※歩数アプリ画面で確認します	健康マイレージ日	健康づくり課
	歩数アプリ	1			
運動教室	健康運動教室	2	事業に参加する	教室参加時	健康づくり課
	ノルディック ウォーキング教室	2			
	アクティブシニア運動塾	2			元気長寿課
	健康・体力づくり教室	2			スポーツ課
	日常生活筋力アップ教室	2			
	ダンベル健康体操教室	2			

歩数アプリで1ヶ月に24万歩以上歩いた方に1ポイント付与します

「1日8,000歩」という値は、厚生労働省が生活習慣病発症や死亡リスクの低下が期待できるとしている運動量です。スマホを利用して、簡単に歩数を記録できる「G-WALK+」アプリやその他の歩数アプリを利用して、1ヶ月に24万歩を目指しましょう。

健康マイレージ交換特典

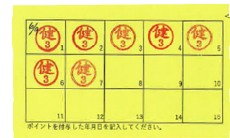
必要なポイント	特典内容	交換場所
5 ポイント	500円相当の検診自己負担金（1回）	市内医療機関・集団検診会場
	ゴミ袋セット（可燃大2）※年1回まで	健康マイレージ日
8 ポイント	1,000円相当の検診自己負担金（1回）	市内医療機関・集団検診会場
	1,000円相当の藤岡産野菜等 ※年1回まで	JAグリーン農産物直売所みっけもん 住所：本勤堂226-1 ☎23-5858
10 ポイント	高齢者インフルエンザワクチン予防接種の自己負担金（1,200円、1回）	市内医療機関
15 ポイント	胃内視鏡（カメラ）検査の自己負担金（2,000円、1回）	市内医療機関

交換場所で、マイレージカードを提出してください。

余ったポイントは、空のマイレージカードに押し直してくれます。

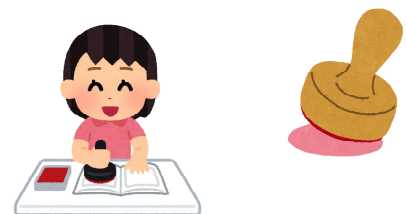
（例）40歳 女性

特定健康診査・大腸がん健診・胸部レントゲン検診・胃がん検診・乳がん検診・子宮頸がん検診・歯周病検診をすべて受診すると1年間で7ポイントも貯まります！！



NEW !!

今年度から、国民健康保険の方で市外で人間ドックを受診した方にも健康マイレージポイントを付与できることになりました！！
健康マイレージ日に健診結果をお持ちください。



詳細は

市ホームページへ

QRコードはこちら



お問い合わせ先

藤岡市 健康づくり課

電話 0274-50-7801