



# 令和7年度健康づくりポイントラリー事業



目的 健康事業に参加し、ポイントを貯めることを楽しみにしながら、健康づくりへの関心や習慣を高め、村民全体の健康増進を図ることを目的とする。

期間 令和7年4月1日～令和8年3月31日(ポイント交換は、2月～4月にまとめて行います。)

対象者 20歳以上の村民

内容 健康事業に参加し、ポイントを集め、貯まったポイントを景品と交換する。

景品 30ポイントごとに1枚500円のQUOカード

条件 基本健診または人間ドックを必ず受診すること

注意事項 詳細の内容は、広報や告知端末において周知しますのでご確認ください。

ポイント交換は、基本的に即日交換で行います。押し忘れ等がある場合は、各事業の担当者に確認をしてから申請をしてください。

予定が急遽中止及び変更となる可能性があります。



## 【詳細項目】

		行事名	日時【予定】	場所	ポイント数	注意事項
1	健診	いきいき健康村どうし健診 (集団健診)	令和7年 5月9日(木) 9月3日(水)・9月4日(木)	やまゆりセンター	基本健診：1ポイント がん検診：1ポイント	集団健診以外の場合は、健診結果の写しを住民健康課に提出すると、ポイントがもらえます。がん検診は、基本健診以外の項目を1つでも受診すると、ポイントがもらえます。
2		結果説明会	令和7年6月・10月	やまゆりセンター	参加で1ポイント	結果のみ持ち帰りの場合は、付与できません。
3		どうし人間ドック	令和7年4月～令和8年3月 (都合の良い日に予約)	健診機関	基本健診：1ポイント がん検診：1ポイント	
4	運動	Go to万歩	令和7年4月～令和8年3月 (都合の良い日に実施)	好きなところ	65歳未満1日10,000歩で1ポイント 65歳以上1日 8,000歩で1ポイント	GO to万歩は万歩計を使って測定してもらい、役場に提示してもらうと、ポイントがもらえます。
5		ズンバ教室	令和7年4月～令和8年3月 (年間42回実施)	やまゆりセンター	1回参加で1ポイント	
6		浜ちゃん体操	令和7年4月～令和8年3月 (年間34回実施)	やまゆりセンター	1回参加で1ポイント	
7		忍野村フィットネスセンター	令和7年4月～令和8年3月 (都合の良い日に利用)	忍野村フィットネスセンター	1回参加で1ポイント	
8		ウォークラリー	令和7年秋頃	好きなところ	参加で1ポイント	
9		各種スポーツ事業	令和7年4月～令和8年3月	各場所	1回参加で1ポイント	
10		村内ゲートボール大会	令和7年6月上旬	村民グラウンド	参加で1ポイント	
11		体力運動能力調査	令和7年10月10日	やまゆりセンター、唐沢	参加で1ポイント	
12		村内卓球大会	令和7年10月19日	道志小中学校体育館	参加で1ポイント	
13		道志村村民体育祭り	令和7年10月5日	村民グラウンド	参加で1ポイント	
14		道志村スキー教室	令和8年1月3、4日	新潟県	参加で1ポイント	
		村内野球大会	令和7年11月16日	村民グラウンド	参加で1ポイント	
		村内バトミントン大会	令和7年12月7日	道志小中学校体育館	参加で1ポイント	
15		つぼみっこ	令和7年4月～令和8年3月 (年間24回実施予定)	やまゆりセンター	1回参加で1ポイント	
16	食事	塩分チェック	令和7年4月～令和8年3月 (都合の良い時に実施)	自宅	調査票を提出して1ポイント	1回まで
17	その他	予防接種(インフルエンザ・コロナ)	令和7年10月～ 令和8年2月末	医療機関	接種で1ポイント	
18		献血	5月・10月	やまゆりセンター	参加で1ポイント	