



長生保健所管内市町村 令和5年度健康ポイント事業



千葉県マスコットキャラクター
チーバくん

健康ポイント事業とは、運動や健診受診等、健康づくりに取り組むとポイントが付与され、ポイントを貯めると景品や協賛店でのサービスを受けられる事業です。
健康づくりは、一人ひとりが健康の大切さに気づき、生活習慣の改善などに継続的に取り組むことが大切です。
是非、健康ポイント事業に参加していただき、健康づくりにチャレンジしてみてください♪

	茂原市	一宮町	睦沢町	長生村	白子町	長柄町	長南町
① 事業名	茂原市健康ポイント事業	一宮町健康ポイント事業	健康支援アプリ「むつざわさん歩」	長生村健康ポイント事業	白子町健幸ポイント事業	ながら健康ポイント事業	長南町行政ポイント事業
② 対象者	18歳以上で茂原市に住所のある方	18歳以上で一宮町に住所がある方	アプリ対応端末（スマートフォン）所有者なら誰でも	18歳以上で長生村に住所のある方	40歳以上で白子町に住居登録のある方	20歳以上で長柄町に住居のある方	18歳以上で長南町に住居のある方
③ 実施期間	通年	令和6年3月31日まで	通年ダウンロード可能	令和5年4月1日～令和6年3月31日	通年	令和5年4月1日～令和6年2月29日	令和5年4月1日～令和6年3月31日
④ 参加申請方法	市公式ウェブサイトまたは市内各公共施設より茂原市健康ポイント事業ち～バリュ～カード申請用台紙を入手し、一定以上の健康ポイントを貯める。	申請台紙	「むつざわさん歩」アプリをダウンロード	申請用台紙（窓口配布、村ホームページまたは「ち～バリュ～ネット」からダウンロード）に必要事項を記入し、窓口へ提出する	健康づくりセンター窓口にて申込み（随時受付） （お申し込みの際、15分程操作説明を行います。）	健康福祉課窓口にて、申込書に必要事項を記入し提出（随時受付します）	ちよな丸ポイント手帳を手に入れる
⑤ ポイントを貯める方法 	市の健康ポイント対象事業に参加するほか、健康のために取り組む自己目標を達成することでポイントを付与する。	各個人で設定した目標達成、各種健診・がん検診受診、献血実施、特定保健指導参加、糖尿病予防改善教室参加、成人歯科相談参加、町主催健康イベント・講演会参加、介護予防関係の教室参加、その他（地域のボランティア・公民館活動など）	ウォーキングポイント、睦沢町の事業や健診、施設利用にてポイント付与	・ポイント対象事業（各種健（検）診、各種教室）への参加（1つ以上必須） ・健康のために取り組む目標を自分で決めて3カ月以上実行すること（1つ以上必須）	専用歩数計（または専用アプリ）を身につけ、推奨歩数や体組成の達成等でポイントが貯まります。	活動量計またはアプリを入れたスマホを身につけ5,000歩で10ポイント（1日最大20ポイント）が付与されます。また、介護予防教室参加で100ポイント、公民館・武道館主催教室またはサークル参加で50ポイント、町で実施する各種検診受診で50ポイントが付与されます。	1. 健康診査やがん検診等を受診 2. 出前講座や各課の対象事業等へ参加 3. 検温や運動を行う
⑥ ポイントの交換場所・方法	一定以上の健康ポイントを貯め、健康管理課または保健センター窓口にて申請用台紙を提出する。	窓口で申請台紙を受け取り、50ポイント以上獲得していることを確認する	令和6年3月16日むつざわ健康フェスタ（道の駅）にてポイント交換会を実施予定	記入した申請用台紙を役場健康推進課窓口へ持参する	年に2回（3・9月）に郵送で実施 ※参加者全員にポイントの獲得状況や商品券等を送付。	令和6年3月頃に送付される結果表（商品券配布票）を商品券受け渡し期間内に健康福祉課窓口へ提出し、商品券を受け取ります。	1,000ポイント又は500ポイントがたまったら、集計表及び交換申請書に必要事項を記入し、令和6年4月末までに健康保険課へ手帳を持参のうえ申請
★ 特典 ★	ち～バリュ～カード※ 	窓口でち～バリュ～カード※を発行 	旅行券（10,000円） クオカード（1,000円） うめ丸人形（町制40周年記念バージョン） ち～バリュ～カード※など	クオカード1,000円分及びち～バリュ～カード※ 	クオカード、ヤックス商品券、げんきくんカード（チャージ券）	500ポイントごとに500円分の町商工会商品券1枚と交換（ポイント上限は3,000ポイント）	1,000ポイントで、Quoカード1,000円分、500ポイントで、Quoカード500円分及びち～バリュ～カード※
⑦ ホームページ	茂原市健康ポイント事業 https://www.city.mobara.chiba.jp/000007049.html 	一宮町健康ポイント事業 https://www.town.ichinomiya.chiba.jp/iryou/kenkoiryu/1023.html 	健康支援アプリ「むつざわさん歩」 https://www.town.mtsuzawa.chiba.jp/kuash/健康アプリ「むつざわさん歩」.html 	長生村健康ポイント事業 https://www.vill.chosei.chiba.jp/000001462.html 	白子町健幸ポイント事業 http://www.town.shirako.lg.jp/000001624.html 	ながら健康ポイント事業 https://www.town.nagara.chiba.jp/soshiki/4/1401.html 	長南町行政ポイント事業 https://www.town.chonan.chiba.jp/osirase/37114/ 
⑧ お問い合わせ先	茂原市役所 市民部 健康管理課 電話:0475-20-1574	一宮町福祉健康課 電話:0475-40-1055	睦沢町健康保険課 電話:0475-44-2506	長生村役場健康推進課 電話:0475-32-6800	白子町健康づくりセンター 電話:0475-33-2179 8:30～17:15（平日のみ。年末年始、土日祝日は除く）	長柄町健康福祉課 電話:0475-35-2414	長南町健康保険課 電話:0475-46-3392

※ち～バリュ～カード...千葉県内の協賛店「ち～バリュ～の店」で、割引やポイント付与、景品の提供等の優待サービスを受けられるカードです。

詳細は、ホームページ [元気ちば！ち～バリュ～ねっと](https://chi-value.com/) をご覧ください。 <https://chi-value.com/>

【発行】長生保健所（長生健康福祉センター）
地域・職域連携推進協議会 事務局 電話:0475-22-5167