



←  
健診受診者を紹介する  
紹介者コース



→  
健康づくりに取り組む  
実践コース

平成30年度

# 健康ポイント事業 応募用紙

この応募用紙は、「健康ポイント事業」に関する応募用紙です。  
事業の詳細は、チラシやホームページで確認してください。

【対象】 筑後市内に住む20歳以上の人

## 1 ポイントを貯めよう

健診受診や市事業への参加、健康づくりの取り組み、特定健診受診者の紹介で、ポイントを貯めることができます。

【応募期間】 H30.5.1~H31.2.28

※H30.5.1~H31.2.28に実施したものが有効です。

## 2 応募しよう

30ポイント貯まったら応募できます。紹介者コースと実践コースがあり、1人何回でも応募できます。

## 3 抽選で景品をプレゼント

抽選で当選すると豪華景品がもらえます。  
(最高1万円分の商品券)

応募待って  
ま〜る♡



筑後市PRキャラクター「はね丸」

【問合せ】  
筑後市健康づくり課  
(☎53-4231)

【応募方法】

- ・ポストへ投函
- ・市役所窓口応募箱へ投函（健康づくり課、総合案内）
- ・対象事業参加時に提出（一部事業のみ）

### 紹介者コース 応募用紙

住所	〒 ー ー 筑後市大字							
フリガナ								
氏名						連絡先 (電話番号)		
生年月日	大正・昭和・平成	年	月	日	年齢	歳	性別	男・女

【応募方法】

- ・ポストへ投函
- ・市役所窓口応募箱へ投函（健康づくり課、総合案内）
- ・対象事業参加時に提出（一部事業のみ）

### 実践コース 応募用紙

住所	〒 ー ー 筑後市大字							
フリガナ								
氏名						連絡先 (電話番号)		
生年月日	大正・昭和・平成	年	月	日	年齢	歳	性別	男・女
アンケート	・健康づくりの取り組みは初めてですか（はい・いいえ）							
参加しての感想をお聞かせ下さい								

郵便はがき

〒833-8790  
筑後市大字山ノ井898番地  
筑後市役所 健康づくり課 行



※応募者の個人情報は、当選通知、景品の発送及び当選発表並びに健康増進統計に使用します。  
ご本人の承諾なしに、個人情報を前述目的以外に使用したり、第三者に提供することはありません。

料金受取人私郵便

筑後局  
承認  
185

差出有効期間  
平成31年6月  
30日まで  
(切手不要)

郵便はがき

〒833-8790  
筑後市大字山ノ井898番地  
筑後市役所 健康づくり課 行



※応募者の個人情報は、当選通知、景品の発送及び当選発表並びに健康増進統計に使用します。  
ご本人の承諾なしに、個人情報を前述目的以外に使用したり、第三者に提供することはありません。

料金受取人私郵便

筑後局  
承認  
186

差出有効期間  
平成31年6月  
30日まで  
(切手不要)

# 健康ポイント 応募用紙

健康ポイント 紹介者コース	健康ポイント 合計	30 票	30 票
------------------	--------------	------	------

フリガナ			
氏名			
住所	〒 - 筑後市大字		
生年月日	昭和 年 月 日	年齢	歳

- チェックリスト
- 紹介することに関して、本人の了承を得ましたか。
  - 紹介される人は、他の応募者に紹介されていないか確認しましたか。
  - 紹介される人は、筑後市国民健康保険加入の特定健診対象者で、前年度受診していないことを確認しましたか。
- 注意事項
- ・ 応募する本人が受診する場合は、実践コースに記入して応募してください。
  - ・ 応募できるのは、筑後市国民健康保険特定健診対象者に限りません。
  - ・ 紹介された人が実際に受診した場合、応募を有効とします。紹介された人ではなく、紹介し応募した人のポイントとなります。

# 健康ポイント 応募用紙

健康ポイント 実践コース	健康ポイント 合計	30 票
①健診 項目×10= 票	合計	30 票 (30票で応募)
②市事業 項目×2= 票		
③自主的 日×1= 票		

②市事業などに参加 (1回2票)	
事業名	回数

筑後市国民健康保険特定健診の受診者として、下記の人を紹介し  
ます

①がん検診・特定健診など (各10票)	
健診の種類	受診日
	/
	/
	/

③自主的健康づくりの取り組み (1日1票)				
取り組み内容:				
1日目	2日目	3日目	4日目	5日目
/	/	/	/	/
6日目	7日目	8日目	9日目	10日目
/	/	/	/	/
11日目	12日目	13日目	14日目	15日目
/	/	/	/	/
16日目	17日目	18日目	19日目	20日目
/	/	/	/	/
21日目	22日目	23日目	24日目	25日目
/	/	/	/	/
26日目	27日目	28日目	29日目	30日目
/	/	/	/	/

# 応募用紙 記入の仕方

キリトリセンから切って提出してください。

①健診 2項目×10= 20 票	合計	30 票 (30票で応募)
②市事業 2項目×2= 4 票		
③自主的 6日×1= 6 票		

獲得したポイントの計算欄です。30ポイント貯まったら応募できます。

①がん検診・特定健診など (各10票)	
健診の種類	受診日
特定健診	6 / 7
胃がん検診	6 / 7
	/

①健診の種類と②受診日を記入します。1つの健診で10ポイントです。同じ日の受診でも1つの健診につき10ポイント獲得となります。病院の通院は0ポイントです。

②市事業などに参加 (1回2票)	
事業名	回数
にこにこウォーキング教室	2

参加した事業名と参加回数を記入します。【注意点】対象の事業は、チラシやホームページに掲載した事業のみです。ご注意ください。掲載されていない事業は0ポイントです。

③自主的健康づくりの取り組み (1日1票)				
取り組み内容: ラジオ体操を行う				
1日目	2日目	3日目	4日目	5日目
5/27	5/28	5/30	5/31	6/2
6日目	7日目	8日目	9日目	10日目
6/3	/	/	/	/
11日目	12日目	13日目	14日目	15日目
/	/	/	/	/

自分で立てた取り組み内容を行ったら、日付を記入します。毎日継続できる取り組みを1つ設定することをおすすめします。【注意点】日付の記入がないと0ポイントとなります。1日2ポイント以上貯めることはできません。同じ日にラジオ体操とウォーキングを行った場合も1ポイントとなります。

キリトリセン

キリトリセン