

始まります!

■問い合わせ 保健センター ☎83-9677

東浦町 高齢者いきいきマイレージ

ポイントを貯めて元気と景品を手に入れましょう!



10年後の元気のために 健康づくりと介護予防

住民の皆さんが、住み慣れた東浦町でいきいきと生活していただくため、健康づくりや介護予防への取り組みを応援する「高齢者いきいきマイレージ事業」を始めます! ぜひチャレンジしてください!

東浦町 高齢者いきいきマイレージって?

Start

チャレンジカードを
手に入れる!



貯める

健康診査の受診、
イベントや講座
に参加、健康づく
りにチャレンジ
してポイントを
貯める!



交換

ポイントを景品と交換!



東浦町 高齢者いきいきマイレージにチャレンジするには?

■参加できる人は? 町内在住の60歳以上の方
※今年度中に満60歳になる方(昭和31年4月1日以前生まれの方)も対象

■参加方法は?

- ①チャレンジカードを手に入れて100ポイント貯めます。
チャレンジカード付きのパフレットは右の各施設で配布します。
貯める期間 5月1日~12月31日
- ②ポイントが貯まったらチャレンジカードを保健センターに提出して「チャレンジ達成賞」と引き換えます(年度内5回まで)。
 - ・引換場所 保健センター
 - ・引換期間 平成28年2月1日までさらに達成したチャレンジカード1枚ごとに、抽選で町特産品などの景品が当たる「Wチャンス」に応募できます。



チャレンジカードは こちらで配布

保健センター、文化センター、各地区コミュニティセンター、中央図書館、町体育館、あいち健康プラザ、東部知多温水プール、福祉センター、役場福祉課、行政サービスコーナー(イオンモール東浦2階)、なないろ(町総合ボランティアセンター)

100ポイントはどやって貯めるの？

詳しくは
パンフレットを
ご覧ください！

チャレンジカードに記録(自己申告・スタンプ)して100ポイント貯めます。

貯める期間 5月1日～12月31日

チャレンジカード1枚で

健康ポイント
40ポイント

+

自己ポイント
60ポイント

=

100
ポイント

40 ポイント 健康ポイント

健康診査・各種がん検診・健康づくりや介護予防の教室に参加して40ポイント獲得(4月の受診分も対象)

チャレンジカード1枚ごとに必ず40ポイント獲得してください！



60 ポイント 自己ポイント

①参加ポイントと②実践ポイントで
合計60ポイント獲得！

①参加ポイント…1回2ポイント

町・コミュニティなどが開催するイベントや講座などに参加して獲得
【例】あいち健康プラザでのトレーニング施設・プールなどの利用、各地区ふれあいサロンへの参加 など

②実践ポイント…1日1ポイント

自分で健康づくりの取り組みを決め、実践できたら1日1ポイント獲得
【例】1日に決めた目標の歩数以上歩いた、毎食後歯を磨いた、趣味の教室などに出かけた など

1日で参加ポイントと実践ポイントを合わせて最大3ポイント獲得できます。

交換できる景品は？

チャレンジ達成賞

カード1枚(100ポイント達成)ごとに以下の景品が1つ選べます(上限:1人5回/年度内)。※景品は変更する場合があります。

①プール等施設利用補助券(150円助成7回分)

利用できる施設…あいち健康プラザ温水プール・トレーニング施設、あいち健康の森温泉もりの湯、東部知多温水プール

②各種健康づくり教室受講料補助券(1,000円助成1回分)

利用できる教室…保健センターが主催する各健康づくり教室(ウォーキング教室、ストレッチとリズム教室、男性料理教室、アクアフィットネス教室、健康トレーニング教室、筋力トレーニング教室 など)

③うらら乗車回数券(11枚綴り)

④各種健康グッズ

足裏マッサージグッズ、ハンドグリップ、ダンベル、縄跳び、万歩計、歯ブラシセット、ソフトバランスボール(直径20cm)、脳トレ用ドリル など

※入荷状況により変更する場合や在庫が無い場合があります。

⑤「障がい者就労施設くすの樹」の縫製品セット

マフラータオル、竹炭ふくろ など

⑥おだいちゃんグッズセット マフラータオル など

頑張った方に、さらに健康づくりや介護予防に取り組んでいただくための景品です！

さらに Wチャンス

達成したチャレンジカードを1枚提出するごとに、抽選で町特産品などの景品が当たる「Wチャンス」に応募できます。

■景品

東浦町の特産品を中心に取り揃えた素敵な景品を準備しています。

チャレンジカードを提出する時にお好きな景品のコースを選んで応募します。※景品については応募時に問い合わせてください。

■抽選日 平成28年2月10日(予定)

■当選者

厳正な抽選のうえ、応募者の30%(最大100名)の方へ希望コースの景品が当たります(当選は発送をもって代えさせていただきます。)

※複数口の応募をした方も当選は1回です。その場合、カードにより希望コースが異なる場合は最初に当選したカードの景品となります。