

皆さんの健康づくりと介護予防を応援します！

東浦町

いきいきマイレージ

生涯にわたる健康づくりと介護予防

対象

令和4年4月1日時点、
町内在住・在勤の方で18歳以上の方 ※高校生は除く

参加期間

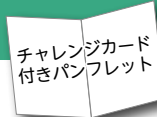
4月1日(金)～
令和5年3月31日(金)

ポイントを貯めて
健康を手にいれよう！



1 スタート

チャレンジカードをもらおう！



▶配布場所

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、住友重機械温水プール、福祉センター、役場(ふくし課)、行政サービスコーナー(イオンモール東浦2階)、イオンスポーツクラブ東浦、健康体操教室ハローフレンズイノア、コパンスイミングスクール東浦、カーブスドミー東浦、総合ボランティアセンター(なないろ)

2 ポイントを貯める

健康づくりにチャレンジして
ポイントを貯めよう！



▶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

※保健センター以外で健診などを受診した場合も、健診結果などの証明を持参すればポイント進呈(ポイント獲得に相当する健診のみ)

▶自己ポイント

・実践ポイント…自分で健康づくりの取組みを決め、実践できたら1ポイント獲得

【例】筋トレを行った、毎食野菜を食べた、^{けんこうたいそう}健口体操を行ったなど

・参加ポイント…町やコミュニティなどが開催する講座などに参加すると2ポイント獲得

【例】文化センター開催講座への参加、認知症カフェに参加した場合など

3 ポイントを交換

100ポイント達成したら、
景品と交換！



チャレンジカードと景品の交換は1回まで

達成した方に「あいち健康づくり応援カード(*)」をお渡しします。

*「あいち健康マイレージ協力店」でサービスが受けられるカード。協力店では、お食事代や店内商品10%オフなどのサービスが受けられます。

■さらに60歳以上の方には、
次の利用券を進呈します。

(最大5枚組合せてお渡しします。)

- ・「う・ら・ら」乗車回数券(11回綴り) 1枚まで
- ・プール等施設利用補助券(200円助成×5回分)

※5月上旬から景品交換可能。利用期限は
令和5年3月31日(金)まで

・町内運動教室利用券

- ①イオンスポーツクラブ②健康体操教室ハローフレンズイノア③コパンスイミングスクール東浦④カーブスドミー東浦(大府勤文前、南加木屋)の利用券

※①③④は現在会員となっている方の交換不可

問い合わせ

保健センター ☎83-9677



事業内容や利用券の注意事項などは
町ホームページをご確認ください。