

チャレンジしてみませんか！

# いきいきマイレージ

そろそろ健康づくりを意識しないと…と思っている皆さんへ！

対象

令和6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(月)～  
令和7年3月31日(月)



マイレージをきっかけに、  
健康習慣を意識しましょう。

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  
付きパンフレット



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、役場ふくし課、各地区  
コミュニティセンター、中央図書館、メディアス体育  
館ひがしうら、あいち健康プラザ、住友重機械温水  
プール、町福祉センター、総合ボランティアセンター(な  
ないろ)、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 3FIT 東浦店、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、テニスラウンジ東浦

## 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(40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
  - 保健センター以外で健診などを受診した場合、  
健診結果などの証明を保健センターへ持参
- ※ポイント獲得に相当する健診のみ

### ▶自己ポイント

(参加ポイントと実践ポイントがあります)

- 参加ポイント(2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
- ①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
- 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
- ②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

## 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

①100ポイント貯めるには？

$$100\text{ポイント} = \begin{matrix} \text{健康ポイント} \\ 40\text{ポイント} \end{matrix} + \begin{matrix} \text{自己ポイント} \\ 60\text{ポイント} \end{matrix}$$

### ●もらえる景品

「あいち健康づくり応援カード」

「あいち健康マイレージ協力店」でサービスが受けら  
れるカードです。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。詳細は  
2次元コードから県ホームページへ

町内在住の方にはさらに次の利用券を進呈します。

▶「う・ら・ら」乗車回数券(11回綴り)【1枚】

▶プール等施設利用補助券(200円助成×5回分)【1枚】

5月上旬から交換を開始します。

利用期限：令和7年3月31日(月)まで

▶町内運動教室利用券【①～⑤各1枚】

①イオンスポーツクラブ 3FIT 東浦店

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、南加木屋も利  
用可)

⑤テニスラウンジ東浦(刈谷、東海も利用可)

※各施設1回のみ体験券

※すでに①～⑤の会員の方は交換不可

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。