

チャレンジしてみませんか？

# いきいき健康マイレージ

住み慣れた東浦町でいきいきと生活できるように健康づくりの取組みを応援します！

対象

2026年4月1日時点  
町内在住、在勤で  
18歳以上の方 ※高校生は除く

100ポイントをためて、  
チャレンジ達成賞と  
優待カード「まいか」を  
もらおう！

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

町公共施設(保健センター、メモリー とんがったスタイル 文化センター、中央図書館、各地区コミュニティセンターなど)、行政サービスコーナー(イオンモール東浦2階)や町内運動教室など

## 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！

※ポイントの付与は4月1日から

### ▶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(60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イベントや講座に参加
- ④保健センターの行う各地区健康講話への参加、コミュニティ主催のイベントの参加 など
- ・実践ポイント(1ポイント)…自分で健康づくりの取組みを決め、実践できたら日付を1ポイント分記入する。

④ウォーキングや筋トレを行った、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ポイント貯めて、景品と交換しよう！

5月7日(木)～2027年2月26日(金)に

保健センター窓口へ提出！

※景品交換は、同年度内お一人につき1回まで

④例100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

優待カード「まいか」

愛知県内の協力店で「まいか」を提示すると、割引などのサービスが受けられます。利用期限は発行日から一年間です。最新の協力店やサービスの内容は、県のホームページをご確認ください。



＼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)<sup>つづ</sup>【1枚】

▶プール等施設利用補助券(200円助成×5回分)【1枚】

利用期限：2027年3月31日(水)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 3F | T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

(南加木屋店、アピタパワー大府店も利用可)

⑤テニスラウンジ東浦(刈谷、東海も利用可)

※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 ☎0562-83-9677



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。