

とうえい健康マイレージ チャレンジシート

とうえい健康マイレージとは、愛知県と東栄町で協働し、みなさんの健康づくりを応援する事業です。
健康づくりに取り組んで健康マイレージ(ポイント)をためた方に、景品とあいち健康づくり応援カード「まいか」を差し上げます。



100ポイント貯めて景品をもらおう!!

とうえい健康マイレージ参加方法

- ① 紙(この用紙)またはアプリを使用して参加する
※用紙は、東栄町役場、東栄医療センター、社会福祉協議会 子育て支援センター「にこにこ広場」等で配布しています。
- ② 100ポイントためて、東栄町役場窓口まで提出
- ③ 景品とまいかカードをもらう

【アプリQRコード】



(ios)

(Android)

達成者全員に「希望景品」と「まいか」を進呈



まいかカードを使って、
お得をGET!!

詳しい特典や愛知県内の他の協力店は、「あいち健康マイレージ事業」で検索することができます。

【新城市】「まいかカード」が使える近隣のお店です。

あいち健康マイレージ 🔍 検索

門前そば山彦 新城PA店	MILK工房スコット	自然酵母パン raisin
株式会社三河猪家「名代和食ししや」	あんだんて	光田屋げんき館
池田家	マクドナルド 新城バイパス店	やまざき薬局 新城店
道の駅 鳳来三河三石	ピアゴ新城店	愛知県民の森 モリピア愛知

【北設楽郡】

道の駅 アグリステーションなぐら(設楽町)	メガフランク(設楽町)	東宝苑(東栄町)
千代姫荘(東栄町)	休暇村茶臼山高原(豊根村)	道の駅 豊根グリーンポート宮嶋(豊根村)
兎鹿嶋温泉 湯〜らんどパル豊根(豊根村)		

対象者

小学生以上の東栄町に在住・在勤の方なら
**今年から対象者を拡大!
どなたでも応募できます 小中学生も参加できます!!**



期間

令和4年5月2日(月)~令和5年3月10日(金)

チャレンジシートは令和5年3月15日までに提出して下さい。
小中学生のチャレンジシートは別にあります。

【お問い合わせ先：福祉課 健康推進係 ☎ 76-1815】

とうえい健康マイレージ 景品をプレゼント!

この中から1つ

① 集団がん検診無料券 (胃・乳・子宮どれか1つ)	② 東栄チキン (味噌味・しょうゆ味) 各1袋
③ とうえい温泉入浴券1回分	④ オニスターフェイスタオル1枚
⑤ 指定可燃ゴミ袋1袋(20枚入)	⑥ 常備携帯用・帰宅困難者対策セット (緊急携帯トイレ1つ・ポケットティッシュなど計8点)
⑦ 災害用保存食 (5年保存五目御飯・わかめごはん 各1種)	⑧ 特定機能食品ヘルシアお試しセット (ヘルシア緑茶・ヘルシアウォーター・ヘルシアいいとこ巡り茶計3本)

★ポイントのため方★

1

健診受診ポイント

住民健診やがん検診などを受診したら、5ポイント獲得できます。1年につき1回のみ有効です。(人間ドックは10ポイント)

【例】住民健診の時に一緒に前立腺がん検診を受けた場合
→ 住民健診 5ポイント
前立腺がん検診 5ポイント
合計10ポイント獲得

2

健康づくり教室等参加ポイント

東栄町が行う健康教室などに参加したら、ポイントを獲得できます。

【対象教室】
・1回 2ポイント おいでん家、水中体操教室、ゆめ工房、にこにこ広場(子育てセミナー等)
・1回 5ポイント パパママ教室、離乳食教室、ベビーマッサージ、住民健診結果説明会、男性の料理教室、女性の健康教室、地域まるごと勉強会、教育委員会で実施する生涯学習等

3

健康づくり目標 チャレンジポイント

自分で健康づくりに関する目標を決めて、健康づくりにチャレンジすると、1日1ポイント獲得できます。

【例】・30分以上のウォーキング
・筋トレをする
・ロコレ体操をする
・毎食後、歯を磨く・禁煙をする(タバコを吸っている方のみ) など



合計100ポイント貯まったら...
東栄町役場 窓口へチャレンジシートを提出!!



① 健診受診ポイント

※ 健診は今年度受診したものが有効です。



1

ポイント

健診項目	受診日	獲得ポイント
住民健診／職場健診	月 日	5ポイント
運動器検診	月 日	5ポイント
歯科健診 (歯周疾患検診も含む)	月 日	5ポイント
骨密度検診	月 日	5ポイント
人間ドック	月 日	10ポイント

健診項目	受診日	獲得ポイント	
がん検診	胃がん	月 日	5ポイント
	大腸がん	月 日	5ポイント
	乳がん	月 日	5ポイント
	子宮がん	月 日	5ポイント
	前立腺がん	月 日	5ポイント

② 健康づくり教室、健康づくりイベント 参加ポイント

※ 今年度参加した教室やイベントが有効です。

2

ポイント

参加した教室 参加したイベント	参加日	獲得ポイント	参加した教室 参加したイベント	参加日	獲得ポイント
	月 日	ポイント		月 日	ポイント
	月 日	ポイント		月 日	ポイント
	月 日	ポイント		月 日	ポイント
	月 日	ポイント		月 日	ポイント
	月 日	ポイント		月 日	ポイント

③ 健康づくり目標 チャレンジポイント

※ 目標はお一人につき1つにして下さい。



3

ポイント

目 標									
/	/	/	/	/	/	/	/	/	10
/	/	/	/	/	/	/	/	/	20
/	/	/	/	/	/	/	/	/	30
/	/	/	/	/	/	/	/	/	40
/	/	/	/	/	/	/	/	/	50
/	/	/	/	/	/	/	/	/	60
/	/	/	/	/	/	/	/	/	70
/	/	/	/	/	/	/	/	/	80
/	/	/	/	/	/	/	/	/	90
/	/	/	/	/	/	/	/	/	100

とうえい健康マイレージチャレンジシート

ポイントをためたら記入して役場へ提出しよう！

氏名		性別	男・女	生年月日	年 月 日 (歳)
住所		電話番号	() -		
勤務先	名称: 住所: <small>※ 住所が町外の方はご記入ください。</small>				
希望景品					
ポイント数	①	+	②	+	③ = 合計
					ポイント

とうえい健康マイレージについて、今後の取り組みの参考にさせていただきますので、アンケートにご協力ください。

Q1 とうえい健康マイレージに参加したきっかけはなんですか？（複数回答可）

- 1 健康づくりに興味があった
- 2 「まいか」や景品が欲しかった
- 3 友人や家族に勧められた
- 4 町の健康教室で勧められた
- 5 その他 ()

Q2 健康づくりに役立ちましたか？

- 1 とても役立った
- 2 役立った
- 3 あまり役立たなかった
- 4 役立たなかった

Q3 来年度もとうえい健康マイレージに参加したいと思いますか？

- 1 思う
- 2 思わない
- 3 わからない

Q4 とうえい健康マイレージに参加した感想、ご意見等ありましたらご記入ください。



～ ご協力ありがとうございました ～