

# 報道資料

平成29年5月26日

1 件名	「山口市元気いきいきポイント」の実施について ～健康づくりをして、ポイントを貯めるとお得がいっぱいの「健康マイ レージ事業」を始めます!～
2 実施期間	平成29年5月31日(水)～平成30年2月15日(木)
3 内容	<p>「元気いきいきポイント」は、県や市町、協力店等が連携して、市民の健康づくりを応援する制度で、特典やサービスの付与が動機付けとなり、健康意識の向上、主体的な健康づくりや疾病予防への取り組みが促進されることを目的としています。</p> <p>このたび、本市では、5月31日(水)〔※チャレンジデー実施日〕から「山口市元気いきいきポイント」を開始します。</p> <p>健康づくりをしてポイントを貯めた方には、協力店等で値引き等のサービスが受けられる県内共通の「特典カード」を交付します。</p> <p>また、本市では、より多くの方に健康づくり実践のきっかけとさせていただくため、旅行券や道の駅等商品引換券を抽選でプレゼントする特典を加えて実施します。</p> <p>【対象者】 山口市内に在住、在勤又は在学する18歳以上の方</p> <p>【ポイント対象となる項目】(全て自己申告)</p> <p><b>必須項目</b> ・健康づくりに関する自己目標の設定及び実践 … 1日1ポイント ・健康診断(検診)の受診等 … 1健(検)診10ポイント</p> <p><b>選択項目</b> ・健康教室、地域行事、チャレンジデー、ボランティア活動への参加等 … 1回5ポイント</p> <p>【ポイントシートの設置】 市内各保健センター等、地域交流センター及び分館 ※市HPからもダウンロード可</p> <p>【特典カードの交付】 市内各保健センター等(市内4か所) ※詳細は、添付のチラシをご覧ください。</p>
4 応募先・ 問い合わせ	山口市糸米二丁目6番6号 健康福祉部 健康増進課 元気いきいき推進室 TEL 083-921-2666(内線4143) FAX 083-925-2214 メール kenko@city.yamaguchi.lg.jp



ご希望の商品を選んで応募してください

賞品の種類	当選者数	応募番号	
旅行券	10,000円分	4名様	①
道の駅「あいお」商品引換券	3,000円分	4名様	②
道の駅「きららあじす」商品引換券	3,000円分	4名様	③
道の駅「仁保の郷」商品引換券	3,000円分	4名様	④
道の駅「長門峡」内ふるさと産品直売所 「あとうの恵み」商品引換券	3,000円分	4名様	⑤
山口市徳地特産品販売所「南大門」 商品引換券	3,000円分	4名様	⑥
J A山口中央農産物等直売所「ぶちええ菜」 商品引換券	3,000円分	4名様	⑦

対象店舗及び賞品

※当選者発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。

### 「元気いきいきポイント」についてのQ&A

Q 特典カードはどのお店で使えるの？

**A** 協力店のステッカーが貼ってあるお店や施設で使えます。お買い物額の割引等協力店ごとの特典が受けられます。



Q 特典カードの使い方は？

**A** 特典カードは取得した本人のみが使えます。協力店でカード提示してください。特典カードは有効期間内であれば、協力店の使用条件を満たせば何回でも使えます。

Q ゴミ拾いのボランティアをしました。ポイント対象になるの？

**A** 立派なボランティアです。自分が「他人のためになった」と思えば対象です。

Q 1日に何ポイントも貯めることができるの？

**A** 元気いきいき目標は、どれか1つでもできたら1日1ポイント。健康診断（検診）は、10ポイント。健康づくり教室や地域行事への参加は、1回5ポイントです。たくさんの種類に取り組むことで、1日にポイントをたくさん貯めることができます。

### ポイントシートの提出先（持参または郵送で）

- 山口市保健センター（持参または郵送）  
〒753-0079 山口市糸米二丁目6番6号
- 山口市徳地総合支所（持参のみ）  
健康増進課健康づくり第三担当  
山口市徳地堀 1744 番地
- 山口市小郡保健福祉センター（持参のみ）  
山口市小郡下郷 609 番地 5
- 山口市阿東保健センター（持参のみ）  
山口市阿東徳佐中 3382 番地

健康都市

やまぐち



平成29年度

# 元気いきいきポイント

実施  
期間

平成29年

5月31日（水）～

平成30年

2月15日（木）

対象

18歳以上の山口市民

（在勤、在学を含む）

健康づくりに取り組んで  
健康と特典を  
ゲットしよう



抽選で  
4名に

旅行券

宿泊や切符の購入に使えます！

全員に

県内協力店で使える  
特典カード

やまぐちは、おいしい食べ物がいっぱい！



抽選で  
24名に

道の駅等  
商品引換券



山口市は、みんなの健康づくりを進めています！

お問い合わせ

山口市健康増進課（山口市保健センター）  
TEL (083) 921-2666 FAX (083) 925-2214  
E-mail : kenko@city.yamaguchi.lg.jp

# 元気いきいきポイントは

山口市が県や実施市町と連携し、参加企業等の協力を受けながら、市民のみなさんの健康づくりを応援する制度です。



- 1 必須 「元気いきいき目標」** (自分に合った健康づくりの目標を決める) を記入し、スタートします。  
目標が実践できた月日をシートに記入し、ポイントを貯めます。  
*※全て自己申告です。*
- 2 必須 健康診断 (検診) や人間ドック等を受診します。**  
今年度受診された月日 (平成29年4月1日以降) を記入してください。  
※実施期間以降に受診される方は、受診予定日 (平成30年3月31日まで) を記入。
- 3 選択 健康づくりに関する教室やイベント、地域行事へ参加したり、ボランティア活動をしたらシートに月日を記入してください。**

**4 35ポイント以上貯まったら、**  
県内全域で使える「特典カード」を受け取ることができます。  
また、抽選で「旅行券」、「道の駅等商品引換券」が当たる**プレゼントに応募できます!**



**特典カード**

協力店で提示し、特典を受けます。

有効期限は、交付日の3か月後の月末までです。  
※1人1年度1枚が上限です。

**ポイントの計算方法**

元気いきいき目標 18ポイント (設定1ポイント) (実践1ポイント×17日) + 胃がん検診 10ポイント + 減塩料理教室、地域運動会 10ポイント (5ポイント×2日) = **38ポイント**

**特典カードの協力店**

このステッカーが掲示してある県内の店舗・施設が協力店の目印です

「協力店一覧表」を各市保健センター、地域交流センター及び分館に設置しています。  
山口県のホームページでもご覧になれます。  
健康やまぐちサポートステーション <http://www.kenko.pref.yamaguchi.lg.jp/>

# 元気いきいきポイントシート

保健センター記入欄	
受付番号	交付日
	/

- 1 必須 「元気いきいき目標」でスタート!**
- 2 必須 健康診断 (検診)**

●目標の設定 **1ポイント**

目標: \_\_\_\_\_

目標: \_\_\_\_\_

目標: \_\_\_\_\_

たとえばこんな目標です! 下記以外の目標も、もちろんOK!  
 食事/朝食を食べる、野菜を毎食食べる  
 運動/1日〇歩以上歩く、20分以上からだを動かす、ラジオ体操をする  
 休養・こころ/思いっきり笑う、笑顔で過ごす、よく眠る  
 その他/禁煙する、よく噛んで食べる、毎食後に歯みがきをする

●目標の実践 (※いずれかひとつ実践で**1日1ポイント**)

月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
月 日	月 日	月 日	①合計		
月 日	月 日	月 日		ポイント	

今年受診したものが対象です。  
**各10ポイント**

人間ドック	月 日
胃がん検診	月 日
肺がん検診	月 日
大腸がん検診	月 日
乳がん検診	月 日
子宮がん検診	月 日
歯科健診	月 日
骨粗しょう症検診	月 日
肝炎ウイルス検査	月 日
職場・学校での健診	月 日
特定健診	月 日
若年者健診	月 日
後期高齢者医療健診	月 日
妊婦健診	月 日
その他 ( )	月 日
②合計	ポイント

**3 選択**

- 健康づくりに関する教室やイベントへの参加
- 地域行事、ボランティア活動への参加

健康教室・相談や健康講演会、チャレンジデー。市 (地域交流センター含む)、県、地域づくり協議会、自治会、町内会、地域団体等主催の地域行事。ボランティア活動等。  
**各5ポイント**

	月 日
	月 日
	月 日
③合計	ポイント

**4 「元気いきいきポイント」をきっかけに取り組んだ項目を〇で囲んでください。(複数回答可)**

- 自分で決めた健康づくりの実践
- 健康診断 (検診) 等の受診
- 健康講座、ボランティア等への参加

総合計 ①~③の合計	ポイント	応募賞品番号 ※裏面から選んで記入	番
---------------	------	----------------------	---

35ポイント貯まったら、各市保健センター等で「特典カード」と交換できます。

氏名	性別 男・女	「元気いきいきポイント」へ参加しての感想
住所	(市外在住の方は、勤務・通学先も記入してください)	
年齢	10代・20代・30代・40代・50代・60代・70代以上	
電話番号	( ) -	
<input type="checkbox"/> 今年度初めての申請です (口にチェックしてください)		

ま  
り  
と  
り  
線