



特典カードをもらおう！

健康づくりに取り組もう！ 抽選で豪華賞品もプレゼント！



実施期間 令和5年6月1日(木)～令和6年2月8日(木)

対象 18歳以上の市民 (在勤・在学を含む)

STEP1 健康づくりに取り組み
ポイントを貯める

STEP2 ポイントシートの提出

このポイントシート(裏面)を
窓口提出 or 郵送 or ウェブで提出

ウェブ提出はこちら ▶



STEP3 特典カードをゲット
& 抽選に応募！



協力店
ステッカーが
目印！

協力店一覧は市保健センター、
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

検索

<https://kenko.pref.yamaguchi.lg.jp/> ▶



◆◆ 抽選で当たる！
豪華賞品はこちら！！ ◆◆

A賞 湯田温泉宿泊券
10,000円分×5名様



湯田温泉のマスコットキャラクター
ゆうたくん・ゆう子ちゃん



Oyuda spa

B賞 県産農林水産物カタログギフト
「ぶちうま！山口」



※イメージです

5,000円相当分×10名様

C~G賞 市内道の駅等商品引換券
3,000円分×各6名様



やまぐちは
おいしい食べ物
いっぱい！

- C賞 道の駅「あいお」
- D賞 道の駅「きららあじす」
- E賞 道の駅「仁保の郷」
- F賞 道の駅「長門峡」内
ふるさと産品直売所「あとうの恵」
- G賞 山口市徳地特産品販売所「南大門」



山口市元氣いきいきポイントとは

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。

STEP1 健康づくりに取り組みポイントを貯める

合計35ポイント貯めよう

必ず取り組むこと

- 「元氣いきいき目標」をたてる
- ケンシンを受診する



- 健康づくりを実践することと、その他、健康づくりに関する教室やイベントの参加、地域行事、ボランティア活動でもポイントが貯まります。市が実施する「歩数アップサポート」への参加でも10ポイント貯まります。

歩数アップ
サポート

日常生活での歩数アップに、
6~8月の3カ月間取り組みましょう！

山口市 歩数アップ

検索

詳しくはこちら ▶



STEP2・3は裏面へ

【お問合せ・受付窓口・郵送提出先】

山口市健康増進課

健康づくり担当(山口市保健センター)

〒753-0079 山口市糸米二丁目6番6号

TEL(083)921-2666 FAX(083)925-2214

- 以下の窓口でも本ポイントシートの提出受付可能 ●

小郡保健福祉センター 健康増進課 健康づくり南部担当

山口市小郡下郷609番地5 TEL(083)973-8147

秋穂保健センター 健康増進課 健康づくり南部担当

山口市秋穂東6570番地 TEL(083)984-8031

阿知須総合支所内 健康増進課 健康づくり南部担当

山口市阿知須2743番地 TEL(0836)65-4211

徳地保健センター 健康増進課 健康づくり徳地担当

山口市徳地堀1561番地1 TEL(0835)52-1114

阿東保健センター 健康増進課 健康づくり阿東担当

山口市阿東徳佐中3382番地 TEL(083)956-0993

山口市 元氣いきいきポイント

検索

<https://www.city.yamaguchi.lg.jp/site/kenko/118230.html> ▶



STEP2

令和5年度山口市元気いきいきポイント提出シート

必ず あなたの「元気いきいき目標」は？

※目標を1つ以上記入

目標①

目標②

目標③

目標を実践したら○をつけましょう。 ※1日1ポイントが上限

1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	10
1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	20
1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	1 ポイント	30

獲得ポイント **1** + =

目標設定 目標実践 ①

「歩数アップサポート」への参加

※R5年度事業に参加された方は10ポイント獲得です。

10
ポイント 獲得ポイント ③

合計獲得ポイント

①+②+③+④

R5年度初めての提出です
※提出は1年度あたり1回までです

あなたが今年度受けたケンシンは？

※受けた健診(検診)に1つ以上「○」

10 ポイント	人間ドック	10 ポイント	特定健診
10 ポイント	がん検診	10 ポイント	後期高齢者医療健診
10 ポイント	歯科健診	10 ポイント	職場・学校での健診
10 ポイント	骨粗しょう症検診	10 ポイント	若い世代のヘルスチェック
10 ポイント	肝炎ウイルス検査	10 ポイント	妊婦健診、産後健診
10 ポイント	その他のケンシン()		



獲得ポイント ②

健康づくり教室・イベント・地域行事への参加、ボランティア活動

※参加した内容を記入し、○を付けてください。

5 ポイント	<input type="text"/>
5 ポイント	<input type="text"/>
5 ポイント	<input type="text"/>



獲得ポイント ④

ウェブ提出の場合、 内を撮影し、画像をアップロードしてください
窓口・郵送提出の場合、以下をご記入ください

※お預かりした個人情報は、賞品の発送、市の健康づくり事業以外では使用しません。

ウェブ提出はこちら

STEP3

ふりがな	<input type="text"/>
氏名	<input type="text"/>
性別	男性・女性・その他・回答しない
年代	10代・20代・30代・40代・50代・60代・70代以上
住所	<input type="text"/> (市外在住の方は勤務先または通学先)
電話番号	() -

表面の「A～G賞」の中からご希望の賞品を選んで赤枠内に記入してください。

希望賞品 賞

(当選者発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます)

～あてはまるものを○で囲んでください～

- 元気いきいきポイントへの参加は、今年度が初めてですか？
1. はい 2. いいえ
- 元気いきいきポイントをどこで知りましたか？(複数回答可)
1. このチラシを見て
2. 市国保特定健診受診券に同封されていたから
3. 市保健センターからの紹介
4. 市広報紙やウェブサイト
5. 友人、知人からの紹介
6. その他()
- 元気いきいきポイントへの参加をきっかけに取り組んだ項目は？(複数回答可)
1. 自分で決めた健康づくりの実践
2. 健康診断(検診)等の受診
3. 健康講座、ボランティア等への参加
4. 健康づくりの継続
- 元気いきいきポイントに参加しての感想