


(2) 必要事項を記入してください



氏名		性別	男・女
生年月日	年 月 日	年齢	
住所	〒 那須烏山市		
日中つながる電話番号			

★希望する景品に○を付けます

		対象施設
<input type="checkbox"/>	対象施設で利用できる 1,000円分利用券 	あすなるパン工房、越雲書店、パン職人いっぴ、ビストロペールドヴォーテ、山あげ会館、龍門カフェ、くすりのもりしま(烏山店・大金店)、カワチ薬品(烏山店・大金店)、パティスリーヒラサワ
<input type="checkbox"/>	図書カード	1,000円分
<input type="checkbox"/>	B&Gプール利用券	4回分 ※開館期間は7月～9月まで
<input type="checkbox"/>	デマンド交通利用券	4回分

★希望する抽選コースに○を付けます

<input type="checkbox"/>	食のコース (5名) 例:とちぎ和牛ハンバーグ、いちご
<input type="checkbox"/>	ギフトコース (5名) 例:クオカード5000円分

～アンケートにご協力ください～

- なすから健康マイレージに参加したきっかけを教えてください。  
①健康のため ②人から勧められた ③景品がもらえる ④その他( )
- これまでの参加回数について教えてください。  
①初めて参加した ②2回以上
- なすから健康マイレージをきっかけに、新たに始めた健康づくりはありますか?  
①ある(それは何ですか?) ②ない

ご協力ありがとうございました。

令和6年度

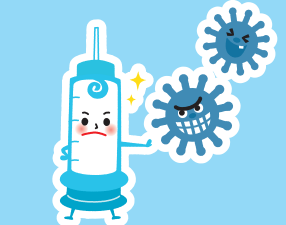
# なすから健康マイレージ



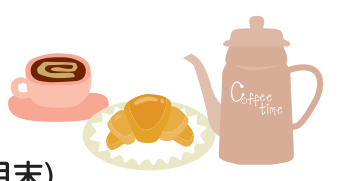
気軽な健康づくりでポイントを貯めて、景品に応募しよう!

## なすから健康マイレージとは?

市民のみなさんの健康づくりを応援するための取り組みです。健康診断の受診率アップや、健康づくりに取り組む動機付けになることを目的としています。



- 対象者** 20歳以上で那須烏山市に住所のある人
- ポイント対象期間** 令和6年4月1日～令和7年2月28日
- 応募期間** 令和6年6月1日～令和7年2月28日 ※応募は1人につき1回まで
- 景品**
  - 下記で使用できる1000円分の利用券(有効期限:令和7年3月末)  
あすなるパン工房、越雲書店、パン職人いっぴ、ビストロペールドヴォーテ、山あげ会館、龍門カフェ、くすりのもりしま(烏山店・大金店)、カワチ薬品(烏山店・大金店)、パティスリーヒラサワ
  - 図書カード1000円分
  - B&Gプール利用券4回分(1200円相当)
  - デマンド交通利用券4回分(1200円相当) ①～④のいずれか1つ



更に参加者の中から抽選で10名様に豪華賞品プレゼント!

問合先 **那須烏山市健康福祉課 健康増進グループ**  
住所: 〒321-0526 那須烏山市田野倉85-1 ☎0287-88-7115

# 応募方法

ステップ  
1

## 健康診断を受診する

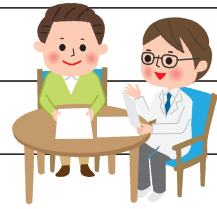


- ★必須事項になります
- ★市・職場・医療機関での健診、人間ドック、妊産婦健診が該当します

ステップ  
2

## 下記の事業やイベント等から5ポイント以上を貯める

項目	ポイント数
各種がん検診(胃・肺・大腸・子宮・乳・前立腺)	各1
骨粗しょう症検診	1
肝炎ウイルス検診	1
歯科健診	2
FUN+WALKアプリの利用	2
母子手帳の発行	3
乳幼児健診・相談の受診	2
献血	1
市の健康づくり事業・イベントへの参加 健診結果説明会・特定保健指導・健康測定・食生活相談 各種健康教室・イスウル活動・元気あっぷ市民の集い いきいきサロン・ふれあいの里・介護予防サポーター 健康長寿セミナー・男のサロン・認知症サポーター こどもの食生活相談・フッ素塗布・こども館事業 公民館講座・水泳大会・マラソン大会・駅伝大会 等	各1
個人目標を立てた健康づくりチャレンジ(1か月) 例:1日30分歩く、毎日血圧を測る、寝る前の2時間は食べない等	4



ステップ  
3

## 健康福祉課あてへ応募する(郵送可)

- ★景品を選択します
- ★抽選の景品を選択します



# 応募用紙

No. \_\_\_\_\_

(1)健康づくりの記録を記入してください



## ステップ1 健康診断の受診

受診日	令和 年 月 日
健診の種類	市健診 ・ 医療機関 ・ 職場健診 ・ 人間ドック 妊産婦健診 ・ その他( )

## ステップ2 下記の事業やイベント等から5ポイント以上を貯める

項目	ポイント数	獲得ポイント
各種がん検診 *受けたものに○を付けてください ( 胃 ・ 肺 ・ 大腸 ・ 子宮 ・ 乳 ・ 前立腺 )	各1	
骨粗しょう症検診	1	
肝炎ウイルス検診	1	
歯科健診	2	
FUN+WALKアプリの利用	2	
母子手帳の発行	3	
乳幼児健診・相談の受診	2	
献血	1	
市の健康づくり事業・イベントへの参加 *参加した事業等を書いてください ( ) ( ) ( ) ( )	各1	
個人目標を立てた健康づくりチャレンジ(1か月) *目標と実行した日付を書きましょう (目標: )	4	
例) 6/1	1	2
	3	4
	5	6
	7	8
	9	10
	11	12
	13	14
	15	16
	17	18
	19	20
	21	22
	23	24
	25	26
	27	28
	29	30
合計ポイント(5ポイント以上で応募可)		

裏面も忘れずに記入してください