

令和8年度

なすから健康マイレージ

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きっかけになることを目的としています。
気軽な健康づくりにチャレンジし、ポイントを貯めることで、景品に応募できます！

参加対象者	18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8年3月1日～令和9年2月28日
応募期間	令和8年6月1日～令和9年2月28日



詳しくはホームページを確認してください。

ステップ1. 健康診断を受診(必須)

- ・市、職場、医療機関での受診
- ・人間ドック
- ・妊産婦健診

ステップ2. 健康づくりで 5ポイント以上貯める

がん検診や市の事業への参加等
(詳しくは、裏面参照)

ステップ3. 景品に応募する

応募用紙または、WEB応募フォームから応募する。

(応募用紙は、保健福祉センター、健診会場、
市のイベント等で配布しています)

応募フォームはこちら

市LINE公式アカウントからも
申請できます @nasukara-1112



令和8年度の景品 ※①～④のいずれか1つ

①施設利用券 1,000円分

対象施設：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(那須烏山店・大金店)、パティスリーヒラサワ

②図書カード 1,000円分

③B&G プール利用券 4回分

④デマンド交通利用券 4回分

応募者全員が
もらえます！



なすから健康マイレージ対象事業



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・肝炎ウイルス検診・歯科健診	各1
母子健康手帳の発行	3
健診結果説明会	2
市の健康づくりに関する事業等への参加	各1
<健康福祉課事業> 特定保健指導・健康測定・ベジチェック・健康栄養相談・各種健康教室・保健福祉センターロビー測定コーナー利用・元気あっぴ市民の集い・献血・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・認知症サポーター養成講座 等	
<こども課事業> 食生活相談（こども・妊産婦）・ママサロン・プレママパパ教室・おひさま・乳幼児健診・相談・幼児フツ化物塗布・こどもの予防接種 等	
<生涯学習課事業> 公民館講座・水泳大会・ウォーキング大会・マラソン大会・駅伝大会 等	
健康診断結果の改善 前回の健診結果と比べてBMIや血糖値等が改善した場合	各2
個人目標を立てた健康づくりチャレンジ（30日） 例：1日30分歩く、寝る2時間は食べない等	4
親子で一緒にマイレージ 「こども版なすから健康マイレージ」と一緒に応募した場合	1



健康診断を受診し、上記の健康づくり事業やイベント等で
5ポイント以上を貯めて応募しましょう！