

楽しみながら

# 健康づくり

しませんか？

健康ポイントを1,000ポイント貯めると、1,500円分相当の「みのちゃんポイント」と交換できます。

## 箕輪町健康ポイント事業について

### ① 健康ポイントの貯めかた（詳細は裏面参照）

#### (1) 健康診断を受診する

- ・ 町で実施する各種検診（さわやか健診、がん検診等）
- ・ 勤務先等の事業所健診（定期健康診断等）
- ・ 各保険者（協会けんぽ、健保組合等）による特定健診
- ・ 個人で受ける健康診断（人間ドック等）

#### (2) 節酒、禁煙に心掛ける（飲まない、吸わない人も対象）

#### (3) 運動をする（1日最大2マスまで記録）

運動した日付を記録する



### ② 健康ポイント1,000ポイント貯まったら 景品の交換を申し込みましょう

1

#### 景品交換期間

2026年10月1日(木)～  
2027年3月31日(水)

2

#### 景品交換方法

ながの電子申請（オンライン）

※裏面「健康ポイント記録用紙」、健診・検診結果またはその領収書の写真を添付してください。

3

#### 景品 みのちゃんポイント 1,500円分

- ・ みのちゃんポイント付与にはみのちゃんカードが必要です。
- ・ 景品は2027年4月中旬頃、遠隔でみのちゃんカードに付与します。
- ・ 景品交換は、期間中1人1回のみです。健康ポイントは翌年度へ繰り越すことができません。
- ・ 1枚のみのちゃんカードに景品付与できる回数は期間中1回です。
- ・ 「健康ポイント記録用紙」は期間中1人1枚のみ使用可能です。



みのちゃんカードは、みのちゃんカード加盟店、または箕輪町商工会で作ることができます。

健康ポイントの取組み期間は、2026年4月1日(水)～2027年3月31日(水)です

