

健康チャレンジポイント

3月4日(金)が申請期限です

今年度分のポイント交換申請書を提出していない方は、忘れずに申請してください。

これからもご自身の健康のため、自分に合った運動や食生活を心掛けましょう。

事業内容

次の①～③の合計が1000ポイント以上で申請が可能です。

※①で必ず200ポイント以上を貯める必要があります。

①運動や食事などの生活習慣の改善につながる目標を決めて実践しよう

取り組んだ日×5ポイント
【上限600ポイント】

②健診(検診)を受けよう
受診した健診(検診)の項目数×200ポイント

【上限600ポイント】

③対象イベントに参加したり保健師に健康相談してみよう
参加回数×200ポイント

【上限400ポイント】

申請方法

市内在住の20歳以上の方が申請できます。パンフレットにあるポイント交換申請書に記入し郵送してください。申請書は、必ず氏名や住所、ポ

イントと交換するものなど記載事項をすべて記入の上、申請をお願いします。

問合せ 健康づくり課
☎58・2838



能代市ウオーキング推進キャラクター あーるくん

令和4年度

保坂福祉学園生募集

人生に潤いと希望を持ち、心豊かな生活を送るために仲間づくりをしませんか。

学習内容

童謡と歌唱、カラオケ、踊り、卓球、筆ペン、和物手芸、ヨガ、サロン、健康麻雀、虹いろの広場(七つの玉手箱)など

対象 市内在住の60歳以上の方

定員 326名

費用 1教室1000円

(年会費)

申し込み

3月31日(木)までの午前9時～午後4時(土・日・祝日除く)に保坂福祉会館に備える申込書に費用を添えて直接提出
問合せ 保坂福祉会館
☎54・8465

令和4年度脳ドック検診費用助成の

申請受付を開始します

問合せ 健康づくり課

☎58・2838

市では、脳ドックにかかる費用の一部を助成しています。令和4年度に脳ドック受診を希望される方はぜひご利用ください。

また、令和3年度分の申請も受け付け中です。3月末までに脳ドックの受診を予定されている方は、申請をお願いします。

助成額

脳ドック費用の2分の1
(上限2万円)

申請場所

- ・保健センター (健康づくり課)
- ・市役所本庁舎1階 ①～④番窓口
- ・地域局市民福祉課③番窓口
- ・市民サービスセンター (イオン能代店3階)

申し込み

助成対象医療機関(下記表を参照)へ検診を予約する前に、申請場所へ申請書を提出してください。受診後の申請はできません。

【助成対象医療機関】

医療機関名	電話番号
能代厚生医療センター(能代市)	52-3111
秋田県立循環器・脳脊髄センター(秋田市)	018-833-0115
中通総合病院(秋田市)	018-833-1122
石田脳神経外科クリニック(大館市)	0186-44-6600

※検診内容や検診料金については、各医療機関へお問い合わせください。



【助成対象者】

以下6つの要件にすべて当てはまること

受診年度
4月1日時点で
40歳以上

市内に
1年以上
住所がある

脳血管疾患
により入院や
治療中でない

加入している
健康保険に
助成制度がない

市税や
国保税に
滞納がない

過去5年間
この事業の助成を
受けていない