

ポイントを貯めて達成賞を手に入れよう

健康チャレンジポイント事業

健康チャレンジポイントは、

市民の皆さんが健康に過ごすためのきっかけづくりを目的にしています。特定健診やがん検診の受診による健康状態の確認、健康イベントへの参加による知識の習得や意識の向上などで、健康的な習慣をつくりませんか。

申し込み

令和5年2月28日(火)までに健康づくり課へ申請書（パシフレット裏面）を郵送

申請書設置場所

保健センター、市役所本庁舎、二ツ井町庁舎、各地域センター、富根出張所、市民サービスセンター（イオン能代店3階）、畠町新拠点、能代観光協会、二ツ井町観光協会など

※郵送も可能です。希望する方はお問い合わせください。

問合せ 健康づくり課

☎58・2838

●達成賞について

次の項目において、合計1000ポイント貯めると、達成賞としてもつくポイントが全国共通商品券1000円分と交換できます。

①習慣改善ポイント

1日5ポイント

（最大600ポイント）

取り組み例：毎朝のウォーキング、通勤を車から自転車にする、毎日3食しっかり食べる、野菜を多くとる

②健診受診ポイント

1項目200ポイント

（最大600ポイント）

取り組み例：特定健診やがん検診、脳ドックを受ける

③健康イベント＆

健康相談ポイント

1回200ポイント

（最大400ポイント）

取り組み例：ウォーキングイベントに参加する、体についての話を聞く、健診結果について保健師に相談する



対象イベントなどはこのマークが目印

●ウォーキングチャレンジも一緒に取り組みます！

ウォーキングチャレンジは、ウォーキングの距離や歩数を記録して、記録達成した方へ特産品をプレゼントする事業です。健康チャレンジポイント事業の取り組みと併用できます。

詳しくは19ページをご覧ください。

日曜がん検診をご利用ください

平日にがん検診を受けられない方へ

日曜日にがん検診を受診できます。この機会にぜひ受診しましょう。

実施日

10月23日(日)、11月6日(日)、12月4日(日)

※10月23日(日)は、子宮頸がん検診の実施はありません。

検診機関

能代厚生医療センター

検診日の受付時間

午前8時30分～9時

※胃がん・乳がん検診は午前9時30分～10時も受付可能。

申し込み 平日の午後1時～4時に電話で

問合せ 能代厚生医療センター

☎52・3111

●クーポン券や助成券について

・市の国保加入者、受診日に70歳以上の方、各種がん検診無料クーポン券をお持ちの方は受診が無料です。
・ピロリ菌感染検査費用助成券をお持ちの方は、同日に受診することができます。

	肺がん	胃がん	大腸がん	子宮頸がん	乳がん
対象	40歳以上	20歳以上			40歳以上
料金	無料	1,470円	1,050円	1,260円	40～49歳： 1,500円 50歳以上： 1,000円
内容	レントゲン撮影	レントゲン撮影 (バリウム)	便潜血検査	・子宮頸部細胞診 ・卵巣超音波	マンモグラフィ