

9月 は **健康増進普及月間** です



健康づくりで **お得** をゲット!

清流の国ぎふ **健康ポイント事業**

みずほ版

県民の皆様の自主的な健康づくりを応援します!



参加方法

1 健康づくりに取り組む

20歳以上の市民が対象
瑞穂市の健(検)診や健康づくりメニューに参加!

2 特典をもらう

健康づくりメニューを合計6ポイント貯めよう。
ミナモ健康カード等がもらえる。

3 特典を使う

県内の協力店でミナモ健康カードを提示すると、様々な特典を受けられるよ。さらに抽選で県特産品が当たるかも!?



ポイントの貯め方

瑞穂市の健康づくりメニュー	獲得ポイント
特定健診・職場健診・すこやか健診・人間ドック がん検診・歯科(口腔)健診 など	1健診(検診)につき1ポイント
代謝アップ教室・ロコモ教室・ウォーキング教室 わたしのチャレンジメニュー(自分の健康目標を1か月継続) ライフコーダを活用した運動メニュー 出前講座・公開講座 など	1回の取り組みにつき1ポイント