

申請シート

抽選申し込み用紙

申請期間：令和4年2月28日(月)

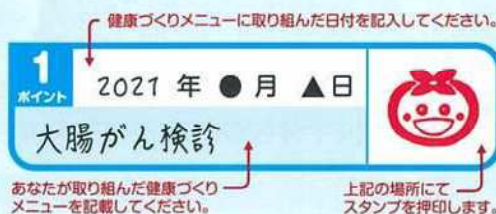
ふりがな お名前	性別 男性・女性
お住まい 〒 -	
生年月日	
大正・昭和・平成 年 月 日(歳)	
勤務先	

健康づくりメニュー	獲得ポイント
各種健診(検診)の受診	健診(検診)につき 1ポイント ※健診(検診)ポイントは必ず獲得してください。
その他上記項目以外で瑞穂市が独自に設定するもの	1回の取り組みにつき 1ポイント

ポイントの貯め方

瑞穂市が指定する健康づくり・社会参加イベントに取り組んでいただくことで、ポイントが付与されます。以下のチャレンジシートに取り組んだ健康づくり・社会参加イベントメニューの日付を記載してください。詳しくは、瑞穂市役所健康推進課にお問い合わせください。

ポイント欄 記載例



健康ポイント事業に関するアンケート

☑レ点で回答してください。

- 参加回数を教えてください。
□初めて □2年目 □3年目 □4年目以上
- 健康ポイント事業により、健診(検診)を受診しようと思われましたか?
□はい □いいえ □毎年受診している
- 健康ポイント事業により、生活習慣に変化がありましたか?(複数回答可)
□運動習慣がついた □食習慣が改善した
□血圧・体重・体脂肪をチェックするようになった
□その他()
□特に変わっていない
- 健康ポイント事業により、成果があったことがありましたか?(複数回答可)
□体重が減った □体脂肪が減った
□腹囲が減った □血圧が下がった
□健康診断の結果(血液検査などの数値)が改善した
□1日の運動量(歩数など)が増えた
□その他()
□特に変わっていない
- 来年も健康ポイント事業に参加したいですか?
□はい □いいえ

ご希望の参加記念品	第1希望	第2希望
	賞	賞

1 ポイント	年 月 日	スタンプ
2 ポイント	年 月 日	スタンプ
3 ポイント	年 月 日	スタンプ
4 ポイント	年 月 日	スタンプ
5 ポイント	年 月 日	スタンプ
6 ポイント	年 月 日	スタンプ