



健康ポイント対象事業一覧



●健(検)診の受診 必須

下記の健(検)診を必ず1つ受けてください。

事業名	対象者	条件
特定健診(基本健診)	20歳以上の方	受診or結果持参
人間ドック(国保・後期)	35歳以上の方	結果持参
職場健診	20歳以上の方	結果持参
医療機関検診	後期高齢者医療保険加入者	結果持参
がん検診	20歳以上の方	受診or結果持参
胃がんリスク検診	受診者	受診or結果持参
骨粗しょう症検診	受診者	受診or結果持参
肝炎ウイルス検診	受診者	受診or結果持参
歯周疾患検診	受診者	結果持参
妊産婦健診	20歳以上の女性	受診



●健康イベント

裏面に掲載されているイベントに参加することに1ポイントが貯まります。

●健康目標の記入

健康ポイントカードに「健康目標」を書くと1ポイントが貯まります。

●「とちまる健康ポイント事業」に参加

県が行なっている「とちまる健康ポイント」のアプリ「FUN+WALK」をダウンロード。歩くことでポイントが貯まり、貯めたポイントでとちぎの特産品等が当たる抽選に応募することができます。

このアプリを提示することで、那珂よし健康ポイントが1ポイント貯まります。



とちまる健康ポイントについて詳しく知りたい方は…

とちまる健康ポイント

で検索もしくは「健康長寿とちぎ」のホームページをご覧ください。



HP

●各種教室やイベント

各事業で行われる教室や講座に参加することで1ポイントが貯まります。

同じ教室、講座に何回参加しても1ポイントです。

※事業の内容については各課にお問い合わせください。開催については変更となる場合があります。対象事業の追加がある場合は、その都度お知らせします。

事業名	担当	事業名	担当
特定保健指導	健康福祉課 ☎0287-92-1119	マタニティ&ママクラス (マタニティヨガ)	子育て支援課 ☎0287-92-4085
栄養相談		マタニティ&ママクラス (リラックスタイム)	
なかがわフィットネス倶楽部 食生活改善推進員活動		マタニティ&ママクラス (読み聞かせ&ランチ)	
献血		産後サロン	
「我がこと・丸ごと」地域づくり 推進事業		ベビープログラム	
地域住民公開講座		もぐもぐ相談	
介護予防ボランティア活動		離乳食教室 (ごっくんクラス)	
おれんじカフェ「ちょっくら」		離乳食教室 (かみかみクラス)	
ほっとすぺーす		かるがも教室	
認知症サポーター養成講座		きらきらベビークラス	
フレイル予防サポーター講座		子育て支援センターイベント	
チームオレンジ活動		那珂川満喫歩け歩け大会	
脳いきいき教室		なかがわ清流マラソン大会	
転ばん運動教室		新体力テスト	
脳活いきいきたいむ		パラスポーツイベント	
水中運動教室	ウェルフルなかがわ 定期券(提示)	生涯学習課 ☎0287-92-1135	
ふれあい・いきいきサロン	公民館講座	なす風土記の丘 資料館 ☎0287-96-3366	
福祉まつり	町民大学		
	男女共同参画講演会		
		史跡ウォーク	
		なす風土記講座	

