

# ポイントをとためて「健康と景品」を手に入れよう

## 「あさひ健康応援ポイント」スタート

旭市は三大疾病(がん・脳血管疾患・心疾患)になる人の割合が高く、平均寿命が国や県と比べ短い傾向にあります。そこで市民一人一人が健康の大切さに気付き、より良い生活習慣を身に付けてもらうため、あさひ健康応援ポイントが始まります。これは楽しく健康づくりにチャレンジしながらポイントをとため、応募すると抽選で景品が当たる仕組みです。さあポイントをとためて、健康な体はもちろん、景品まで手に入れよう!

### ためられる人は

市内在住の20歳以上の人  
 ※平成27年2月28日までに20歳になる人を含む。

### いつからためられるの

7月からの施行ですが、4月から6月に取り組んだものもポイント対象になります。

期間/4月1日(火)~平成27年2月28日(土)

### 何をすればいいの

次にある①から⑦のいずれかに取り組んで、500ポイントをとためましょう。ポイントをとめた人の中から、抽選で200人に景品が当たります。

#### 【ポイント対象の取り組み】

- ①健康診断を受ける。または献血をする(100ポイント)。
- ②がん検診を受ける(100ポイント)。
- ③人間ドックを受ける(200ポイント)。
- ④歯科検診や歯周疾患検診を受ける(100ポイント)。
- ⑤スポーツ教室や健康教室、スポーツサークル活動に参加する(1回20ポイント、100ポイントを上限)。
- ⑥スポーツ大会に参加する(1回50ポイント、200ポイントを上限)。
- ⑦個人で健康目標を立て、3か月間継続して取り組む(300ポイント)。

※①から③は合計で200ポイントまでとします。

※⑤⑥は、市内で行われるものであれば主催者を問いません。  
 ※⑦は普段実践していないものに限る(例・ウォーキング、毎食野菜を食べるなど)。

### 何が当たるの

健康に関連する景品をそろえています。なお抽選に漏れても、取り組んだことは健康な体につながっていきます。

#### 【景品一覧】

- A賞/スチームオーブンレンジ(1本)
- B賞/自転車(2本)
- C賞/布団クリーナー(4本)
- D賞/体組成計(8本)



### 応募方法は

- E賞/血圧計(10本)
- F賞/塩分測定器(15本)
- G賞/タオル(160本)

申込書を事前に入手してください。500ポイントをとめたら、専用の応募箱に投函するかどうか。またはファクスで応募してください。なお応募は1人1回までとします。

申込書および応募箱設置場所/旭市保健センター、海上健康増進センター、飯岡保健センター、

千湯公民館

応募期限/平成27年3月2日(月)

※申込書は7月1日(火)の新聞に折り込むほか、市ホームページからもダウンロードできます。

応募・問い合わせ先

T289・2504

旭市二の2787・1

健康管理課庶務企画班(旭市保健センター内)

☎63・8766  
 FAX 64・1618