



ポイントと対象事業等について

獲得ポイント表



日 程	事 業 名	対 象 年 齢	ポイント	備 考
未定	ゆるりラ講座	全年齢	10	
7月	巡回脳検診	35～79歳	5	その場で押します
8・9・12月	特定健診	40歳以上の夕張市国保加入者	20	【集団健診の場合】 その場で押します 【個別健診・みなし健診の場合】 健康保険係または保健係にて押 します
	後期高齢者健診	後期高齢者医療制度加入者	20	
	健診健康増進法による健診	40歳以上の生活保護受給者	5	
	胃がん検診	30歳以上	5	【集団健診の場合】 その場で押します
	肺がん・結核検診	30歳以上	5	
	大腸がん検診	30歳以上	5	
	子宮がん検診	20歳以上の女性（西暦で変わります）	5	
	乳がん検診	40歳以上の女性（西暦で変わります）	5	
	エキノコックス症検診	小学3年生以上 エキノコックス検査を5年以上受けていない	3	
	肝炎ウイルス検診	40歳以上 過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない	3	
	骨粗しょう症検診	40・45・50・55・60・65・70歳の女性 治療中除外	3	
10・1月	特定健診結果説明会	結果説明会参加者	5	その場で押します
随時	運動・健康に関する事業	全年齢	2	2ポイント×参加回数
随時	施設利用 （りすた・文スポ）	全年齢	1	1回 1ポイント
随時	健康活動（サークル等）	全年齢	1	1回 1ポイント

※ 対象は夕張市民の方です。



たくさんポイントを貯めましょう！

ゆるばり
健康ポイントカード
特典申請書に記入して下さい！

氏 名 _____ 生年月日 _____
住 所 夕張市 _____
電話番号 _____

☆特典申請☆

ご希望のところを○で囲って下さい

【表 彰 式】 参 加 ・ 不 参 加

【特典引換場所】 本 庁 ・ 商 売 所 (v o s t a r p)

○と身体を健康に、
いきいきと輝やかに暮らしましょう

①	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36
37	38	39	40	41	42
43	44	45	46	47	48
49	50	51	52	53	54
55	56	57	58	59	60

ご自身の健康状態を知る
ためにも、健診（検診）
を受けましょう！
日頃から運動をし、健康
維持に努めましょう！

