

旭川市報道依頼

各報道機関 様

発表日	令和元年 5 月 2 7 日
発信課 担当者	保健所 健康推進課 松尾
連絡先	電 話 2 5 - 6 3 1 5
	F A X 2 6 - 7 7 3 3
	E-mail kenkousuisin@city.asahikawa.hokkaido.jp

分 類	イベント・行事 ☒ 募集 契約・入札 会議・説明会 その他 (該当する分類を囲むこと。)
日 程	令和元年 5 月 1 日 ～ 令和 2 年 3 月 31 日
発表項目 (行事名)	平成 31 年度 あさひかわ健康マイレージ事業の参加者募集について
概 要 (趣旨・日時・場所・内容等を記入すること。)	特定健診・がん検診等の受診，広く健康づくりに関するイベント等への参加，健康づくりの取り組みを行うこと等によりポイントを獲得できるもので，所定のポイント（6ポイント）を達成し応募すると，抽選で協賛企業から特典が交付される事業。 ・ 対 象：18歳以上の旭川市民または市内在勤の方 ・ 取 組 期 間：5月1日から翌年3月31日まで ・ 対象事業等その他詳細は別添チラシ（A3版・両面）のとおり
添付資料	☒ 有 ・ ☐ 無 (有・無のいずれかを囲むこと。) ※ 有の場合，資料の内容を記入すること。なお，別途冊子等の配付を希望する場合は，その旨記入すること。
報道（取材）に当たってのお願い	
備 考	【平成30年度からの主な変更点】 1 協賛企業数を拡大し，協賛品も充実しました。 2 対象事業を拡大し，広く健康づくりに関する事業を対象としました。 3 対象年齢等を拡大しました。 4 リーフレットとポイントカードを一体化したことで，応募の際の利便性が向上しました。

あさひかわ健康マイレージ利用例



30代 女性 主婦
Aさんの場合

子育て真っ最中！
家族みんなが健康でいたいので、親子で一緒にできる健康づくりをしたい。

利用例

- 子宮がん検診を受診……………2ポイント
- 子育て支援センターの親子イベントに参加……………|ポイント
- 保育園の運動会に参加……………|ポイント
- 町内のごみ拾いに参加……………|ポイント
- 子どものおやつ作り教室に参加…|ポイント

合計6ポイント達成



40代 男性 会社員
Bさんの場合

平日は仕事のためイベントには参加しにくいです。職場で受けた健診の数値が少し高めだったので、自分なりに目標を決めて取り組んでみます。

利用例

- 職場健診を受診……………2ポイント
- 家族でマラソン大会に参加……………|ポイント
- チャレンジポイント……………3ポイント

目標 「夕食後のおやつを減らす」

成果 「2か月間実施。体重が2 kg減!!」

合計6ポイント達成

✂ 切り取ってお使いください ✂

POST CARD

0 7 0 8 5 2 5

郵送の場合は
切手をお貼り
ください。

旭川市7条通10丁目旭川市第2庁舎

旭川市保健所 健康推進課
健康推進係 行

Q & A

Q.ポイントはどうにももらえないですか？

A.

ポイントは自己申告により付与します。
ポイントカードに、検診を受けた日にちや参加した事業名などを記入してください。

Q. 6ポイント以上たったのですが？

A.

積極的に健康づくりに取り組まれており、素晴らしいですね。そのうちの6ポイント分をポイントカードに記載してください。
なお、特典の応募は、お一人様1回となります。

Q.このチラシをもう前に検診を受けたのですが？

A.

平成31年4月1日から翌年3月31日までの取り組みであればポイントの対象となります。ポイントカードに記入してください。

Q.チャレンジポイントって何ですか？

A.

自分で健康目標を立てて、1か月以上取り組んだらチャレンジポイント達成です。目標と、取り組んだことがわかる記録用紙の提出が必要です。様式はホームページに掲載していますのでご利用ください。(その他の様式でも構いません。)

平成31年度 あさひかわ健康マイレージ事業

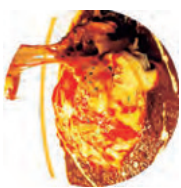
ポイント 賞品をGET!

をためて

18歳以上で市内にお住まいの方、またはお勤めの方であれば誰でもOK!

6ポイントためて応募しよう!

■ 健康/運動 ■ 健康/食 ■ 健康/美容 ■ 健康応援クーポン ■ 健康応援グッズ

01		人間ドックまたは脳ドック 各無料ご招待券 [各5名様分] 医療法人社団慶友会吉田病院	02		北海道日本ハムファイターズ 公式戦観戦チケット [10名20名様分] 北海道日本ハムファイターズ	03		レッグマジックプラス (レッド×ホワイト) [10名様分] スポーツボートゼビオ旭川永山店	04		施設利用券 インボディ測定 [50名様分] スポーツクラブJOYFIT旭川	05		旭川谷口農場 大地の恵みセット [5名様分] 株式会社 谷口農場
06		健康食品等 ※画像は昨年度のご協賛品 株式会社ツルハ	07		お食事券500円 [30名様分] (株)アレフ ベベサレー旭川店	08		お食事券1,000円 [10名様分] (有)クレイジースバイス	09		米(大雪山見て育ったの) 5kg [5名様分] 旭川米生産流通協議会	10		ライスグラノーラ [30名様分] 女性のための30分フィットネス カロリロ 旭川バルタウン店
11		森の妖精(清涼飲料水/ 白樺樹液100%) [30名様分] 緑の森ガーデン	12		リポビタミンD(10本入り) [10名様分] イトーヨーカドー 旭川店	13		OMOカフェ&バル ペアランチチケット [3名様分] 星野リゾートOMO7旭川	14		ホテルWBFグランデ旭川 温泉入浴回券 [10名様分] マルウン商事株式会社	15		GOCHI SORP 山路養蜂園の蜂蜜ソープ [5名様分] (株)マーヴェラス
16		健康マイレージ特典クーポン (医薬品・健康食品等10%オフ) [300名様分] 株式会社サッポロドラッグストアー	17		イオン商品券500円 [20名様分] イオンモール旭川駅前	18		クーポン券10%OFF [20名様分] 札幌スポーツ館 イオンモール旭川駅前店	19		タセルセット [30名様分] 第一生命保険株式会社	20		Vitality スポーツボトル [30名様分] 住友生命保険相互会社旭川支社

※特典は変更の場合があります。また、抽選の結果により、ご希望の特典とならない場合もあります。

お問い合わせ

旭川市保健所 健康推進課 健康推進係

旭川市第2庁舎3階

☎ 25-6315



旭川市HPIに
つながります

楽しみながら健康づくり 健康マイレージに参加しよう

「健康寿命の延伸」を目指し、市民の皆さんに積極的に健康づくりに取り組んでもらうことを目的に実施します。個人はもちろん、お仲間や職場の方々とお誘い合わせの上、ぜひご参加ください。



01 健康づくりをしてポイントをとめよう

あなたの生活スタイルに合わせて健康づくりに取り組みましょう。
ポイントカードに「いつ・何に取り組んだか」をご自身で記入していただくことで
ポイントを付与します。

—— ポイントのため方 ——

参加ポイント

健康づくりを目的としたイベントや
講座・教室などが対象です。

【対象例】 ウォーキングなどのイベント、健康に関するセミナーや教室などへの参加

健診ポイント

旭川市が実施する健診（検診）や、会社での定期検診、個人で
医療機関で受診する健診・人間ドックなどが対象です。

検診：胃・肺・大腸・乳・子宮がん検診など（1部位2ポイント）

健診：特定健診・職場健診・後期高齢者健診・人間ドック・歯周病健診・
健診事後指導など

チャレンジポイント

ご自身で「取組目標」を決め、
おおむね1か月以上取り組みます。

【目標例】 「毎日30分歩く」「1か月間たばこをやめてみる」
※記録用紙の提出が必要です。※ホームページに記録用紙（例）を掲載しています。

02 6ポイントためて 特典に応募しよう

ポイントカードに6ポイントの内容等必要事項を記入し、
郵送または来所にてご応募ください。



特典の一例

当選者に

特典を進呈します！

（特典の進呈は来年5月以降になります）

応募
締め切り

3月31日

必着
※

健康マイレージ対象事業（例）

旭川市などが実施する健康づくりに関する事業をご紹介します。これらは一例で、
このほかの事業でも健康づくりに関するものであればポイントの対象となります。

参加ポイント1ポイント

5月～3月（※厳密に北海道メディアカルミュージアム
お問い合わせ：ウェルビーイング・コンソーシアム ☎26-0338

5月～3月 食生活改善地域講習会
お問い合わせ：保健指導課 ☎23-7816

6/ 8㊥ 健康まつり
お問い合わせ：健康推進課 ☎25-6315

6/16㊥ 夏期 旭川市民体育の日
2/16㊥ 冬期 お問い合わせ：スポーツ課 ☎23-1944

7/ 6㊥ 長寿大運動会
お問い合わせ：長寿社会課 ☎25-6457

7/29㊥9/6㊥ 食を育む料理教室
お問い合わせ：保健指導課 ☎23-7816

9/29㊥※予定 旭川ハーフマラソン
お問い合わせ：スポーツ課 ☎23-1944

9月※予定 がん予防学級
お問い合わせ：健康推進課 ☎25-6315

9月※予定 がん予防普及パネル展
お問い合わせ：健康推進課 ☎25-6315

参加ポイント2ポイント

11月※予定 精神保健講演会
お問い合わせ：健康推進課 ☎25-6364

2/8㊥・9㊥ まなびピアあさひかわ
お問い合わせ：社会教育課 ☎25-7190

3/ 7㊥ パーサーロペット・ジャパン
3/ 8㊥ お問い合わせ：スポーツ課 ☎23-1944

7/6㊥・7㊥ ツーデーウォーク
お問い合わせ：旭川大雪ツーデーウォーク実行委員会 ☎080-6073-6311

通年 TRY on 体組成計！
お問い合わせ：保健指導課 ☎26-2397

通年 出前健康講座
お問い合わせ：保健指導課 ☎26-2397

通年 食育出前講座
お問い合わせ：保健指導課 ☎23-7816

通年 歯科健康教育
お問い合わせ：健康推進課 ☎25-6315

未定 市立旭川病院 市民公開講座
お問い合わせ：市立旭川病院 地域医療連携課 ☎24-3181（代表）

健診ポイント2ポイント

1 特定健康診査
お問い合わせ：国民健康保険課 ☎25-9841

2 がん検診
お問い合わせ：健康推進課 ☎25-6315

3 後期高齢者医療健診
お問い合わせ：後期高齢者医療係 ☎25-8536

4 職場等での健診
お問い合わせ：健康推進課 ☎25-6315

5 歯周病ケア普及歯科健診
お問い合わせ：健康推進課 ☎25-6315

6 結核定期健康診断
お問い合わせ：健康推進課 ☎25-9848

7 健診事後保健指導
お問い合わせ：保健指導課 ☎26-2397

チャレンジポイント3ポイント

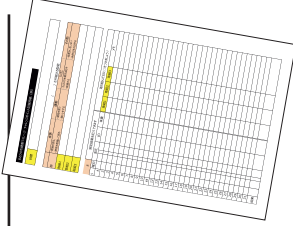
目標設定＋取組実施（1か月以上）＝3ポイント

例）

「体重を3kg減量する」

「毎日30分歩く」

「禁煙する」



このほかの
事業でも
OK！

参加ポイント2ポイント

5/1㊥～
9/30㊥ 旭川市エコ通勤促進事業
お問い合わせ：環境総務課 ☎25-9724

5月～2月 認知症予防教室
お問い合わせ：長寿社会課 ☎25-5273

5月～3月 いぎいき運動教室
お問い合わせ：長寿社会課 ☎25-5273

5月～3月 筋肉ちよきんクラブ
お問い合わせ：長寿社会課 ☎25-5273

6月～2月 筋肉らくらくアップクラブ
お問い合わせ：長寿社会課 ☎25-5273

7月～10月 食生活改善推進員養成講座
お問い合わせ：保健指導課 ☎23-7816

随 時 障害者スポーツ事業
お問い合わせ：障害福祉課 ☎25-6476

随 時 90日間体重測定チャレンジ
お問い合わせ：保健指導課 ☎26-2397

※おおむね1か月以上継続して参加する事業は2ポイントとなります。

ㄨ 切り取ってお使いください ㄨ

やさひかわ健康マイレージ

ポイント カード



旭川市キャラクター



旭川市キャラクター

ポイント記入欄

記入例

6月 1日 胃がん検診	月 日	月 日	月 日	希望する 賞品番号 ※1つ記載
8月 1日 〇〇教室	月 日	月 日	月 日	

ふりがな

お名前

性別 男・女

ご住所

電話番号 () -

生年月日 T / S / H 年 月 日 (歳)

職業

☐会社員 ☐公務員 ☐自営業 ☐学生

☐パート・アルバイト ☐無職 ☐その他 ()