

健康ポイント（シール）の受取期限について

※以下の点にご注意いただき、ご協力くださいますようお願いいたします

該当事業名	内 容	健康ポイント（シール）受取期限
各種けんしん・保健事業	特定健診、人間ドック、がん検診などを受診	受診した年度の翌年度まで
自己チャレンジ事業	歩数チャレンジ 【18～64 歳の方は1 日 8,000 歩以上、 65 歳以上の方は1 日 6,000 歩以上を 10 日間分記録した方】	10 日間分の記録を達成した日から 1 年以内 ^{※注}
	大名倉山登山  【山頂の看板撮影と登頂日の確認あり】	登頂した日から1 年以内 ^{※注}
健康チャレンジ事業	①体重測定②血圧測定③汁物の塩分濃度 測定の各コース（複数実施可）の測定結果 を、90 日間のあいだに 50 日分記録した方	①～③の各コースで測定した 結果の記録を、90 日間のあ いだに 50 日分の記録を行い 達成した日から1 年以内 ^{※注} 
地域ふれあいサロン	サロンに参加	サロン実施日から1 年以内 ^{※注}

※注 …… 1 年以内とは

例) 令和 6 年 2 月 10 日にチャレンジ達成やサロンを実施した場合には
令和 7 年 2 月 9 日までに健康ポイントをお受け取りください。

※その他の該当事業については、「健康ポイント事業一覧表」をご覧ください。

♪ 目指せ健康長寿日本一おおたま ♪