

目指せ健康長寿日本一おおたま

大玉村 令和8年度版

あなたの自主的な健康づくりを応援します

健康ポイント事業

対象者 村内に居住または勤務する18歳以上の方



大玉村 Instagram



大玉村ホームページ

ポイントを集めて、自分にご褒美!みんなで楽しく参加して健康になりましょう

ステップ 01

大玉村健康ポイント手帳を手に入れる

保健課(保健センター)または生涯学習課(改善センター)でもらう。



ステップ 02

健康ポイントをためる

けんしんなど、下記のポイント該当事業に参加してポイントをためる。



ステップ 03

共通商品券等と交換

1,000ポイントを達成したら保健課(保健センター)で、大玉村共通商品券(1,000円分1枚)または満点さくらカード(500円分2枚)と交換する。



事業実施機関	令和8年度▶令和8年4月1日~令和9年3月31日	ポイント該当事業	ポイント数	ポイント獲得タイミング	
保健課 48-3130	各種けんしん事業 ※自己受診および職場けんしんを含む	基本健診【特定・後期高齢・既存外・一般】、人間ドック(基本健診分)、脳検診、PETがん検診 ※基本健診や人間ドックと同時に受けた各種がん検診および骨粗しょう症検診は別途付与	各200P	・けんしん結果を持参した時* ・保健センターで受ける集団けんしんは受診時	※前年度分まで獲得可能
		各種がん検診、骨粗しょう症検診、歯科検診	各50P		
	保健事業	特定保健指導修了者	100P	特定保健指導修了時(国保以外の方は、指導が修了したことを証明するものが必要)*	
		基本健診、人間ドック(基本健診分)、脳検診の結果が異常なしの方、または精密検査・要医療で受診した方 ※基本健診や人間ドックと同時に受けた各種がん検診および骨粗しょう症検診、歯科検診は除く	100P	けんしん結果または受診結果を持参した時*	
	献血(1回毎)		50P	献血したことが分かる記録を持参した時*	
	ベジチェック測定(保健センターでの測定)※村イベント・けんしん時の測定は別途付与		50P	年1回	
	元気づくり会(元気づくりシステム)		50P	月1回(認定証発行時は更に100ポイント)	
	健康教育事業	村イベント(夏まつり・うまいもの祭り等)における健康ブース来場者	50P	事業参加時	
		健康講演会・保健課等の健康関連講話受講時	50P	事業参加時	
	自己チャレンジ事業	歩数記録(18~64歳の方は1日8,000歩以上、65歳以上の方は1日6,000歩以上の日を10日間分記録) ※日常生活における歩数も含む	50P	歩数が記録された記録表・歩数計・スマートフォン等を持参した時*	
大名倉山登山(原則として大玉口から登山)		50P	日付が確認できるスマートフォン等で山頂の看板を撮影し、持参した時*		
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3コースのうち、いずれかの測定結果を90日間(3か月間)のあいだに50日間分記録する(複数コース実施可)	各コース50P	測定結果が記録された記録表等を持参した時*		
福祉課 24-8116	老人クラブ連合会主催事業(スポーツ大会・グラウンドゴルフ大会・健康講話・村長講話)	50P	事業参加時		
	敬老会	100P	事業参加時		
	傾聴ボランティア	50P	事業参加時		
住民生活課 24-8090	大玉村健康づくりゲートボール大会	50P	事業参加時		
	高齢者健康管理事業(宿泊時のみ)	50P	事業実施後、利用券の確認ができた時*(ポイント対象講座を受講した場合更に50ポイント)	※前年度分まで獲得可能	
産業課 24-8096	大名倉山元旦登山	50P	事業参加時		
	生活研究グループ連絡協議会	50P	ポイント対象講座受講時		
生涯学習課 48-3139	S. E. support net(エス・イー・サポートネット:青少年ボランティア)	50P	加入登録者		
	ふれあいセミナー	50P	事業実施後、参加者名簿を持参した時月1回*(ポイント対象講座を受講した場合更に50ポイント)	※ポイント獲得期限は実施日より1年以内	
	おおたま生き粋大学	50P	事業参加時		
	村民登山(大名倉山)	50P	事業参加時		
	スポーツ協会主催事業	50P	事業参加時		
	地域学校協働活動(学校支援ボランティア)	50P	事業参加時		
	おはなしボランティア「ゆめこじ」(おはなし会・年中行事再現)	50P	事業参加時		
	スポーツクラブ	200P	加入登録時及び更新時		
	スポーツクラブ(安達太良登山)	100P	事業参加時		
	プール使用券購入時・テニスコート使用券購入時	年間券:500P 半年券:250P	年間・半年券購入時		
社会福祉協議会 68-2100	給食サービス事業「おおたまあちゃん弁当の会」	調理・絵手紙・献立作り 100P 配送	事業参加時		
	地域ふれあいサロン	50P	事業実施後、参加者名簿を持参した時月1回*(ポイント対象講座を受講した場合更に50ポイント)	※ポイント獲得期限は実施日より1年以内	
	ひなたぼっこカフェ	参加者・ボランティア 50P	事業参加時		
地域包括支援センター(社会福祉協議会) 48-4850	頭と体の健康倶楽部	受講者 50P サポーター	月1回(月1/2以上出席した場合) 事業参加時		
	認知症サポーター養成講座	受講者・キャラバンメイト 各50P	事業参加時		
	健康づくりお助け隊養成講座	50P	事業参加時		



【注意】

- ①本事業は、自主的な健康づくりを応援するための事業です。本事業の参加に当たり、万が一事故があった場合でも、村が責任を負えない事業もあります。
- ②夏期間の熱中症や冬期間は路面等の積雪や凍結も考えられます。ご自分の健康状態や体力、天候等を考慮し、無理のない範囲で参加をお願いします。
- ③事業内容に関するお問合せは各実施機関へ、ポイントに関するお問合せは保健課までお願いします。
- ④内容やポイント数等は令和8年4月1日現在のものです。毎年見直しを行っておりますのでご了承ください。



大玉村はSDGsを推進しています

健康ポイント事業

問合せ先: 大玉村役場 保健課 健康長寿推進係(保健センター内) TEL 48-3130 FAX 68-2789