

【応募締め切り】 毎年1月31日

ポイント貯めて
商品ゲット!

※対象者は、18歳以上の島田市民
または島田市に通学・通勤している方です。



島田市ホームページ
はこちら▶



島田市緑茶化計画

『しまだ健幸マイレージ』

健幸マイレージは市民の健康づくりを応援するポイント制度です。家族や友人と一緒に取り組んでみませんか。

※「健幸」…健康で幸せであるという意味の造語

1 自分に合った健康づくりの目標を決めてポイントカードに記入

2 目標に取り組んだ日は、ポイントカードに日付を記入しポイントを貯める
さらに健診の受診や施設の利用でポイントを貯める(裏面参照)

3 50ポイントが貯まったら必要事項と希望コースを記入し応募

☆ポイントは1年中貯められます(令和6年度以前に貯めたポイントも今年度の応募に使うことができます。)

☆一人何回でも応募可能

☆スタンプポイントと応募用ボックスは裏面をご覧ください。

紙のポイントカードか
デジタルポイントカードか
どちらか選んでね!!



デジタル版の
はじめ方は
こちら



① 抽選特典

♡ 自分にご褒美 ♡	🍴 食べて健幸 🍴	🚲 お出かけで健幸 🚲	🏃 運動で健幸 🏃
Aコース	Bコース	Cコース	Dコース
商品券 10,000円分 5名様 	● 野菜の詰め合わせ ● おいしくヘルシー 応援店利用券 ● 防災食セット ● 島田の逸品 ● おいしい健康茶 (ティーライフ提供) ● 杏林堂セット (株杏林堂薬局提供) など	● 伊太和里の湯 ペア招待券 ● 川根温泉ふれあいの泉 ペア招待券 ● ローズアリーナ利用券 (12回分) ● 島田市博物館ペア入館券 など	● 親子で遊べるグッズ ● 筋力維持・向上グッズ など

② 交換特典

「ふじのくに健康いきいきカード」プレゼント ※初回応募限定

※一部の施設を除き後日郵送となるため、お手元に届くまで時間がかかります。 ※いきいきカードの有効期限は1年間です。



はずれた方の中から

③ ダブルチャンス

はずれた方の中から抽選で『しまトレ賞』、『けんしん賞』、『島田のお茶賞』が当たる。



◀協力店一覧は
こちら

協力

しまだローズパートナーズ/かわね創造コンソーシアム/田代の郷共同運営コンソーシアム/株杏林堂薬局/ティーライフ株/明治安田生命保険相互会社静岡支社島田営業所/株特種東海フォレスト/マックスパリュ東海株/島田阿知ヶ谷店/西東石油株/株まちづくり島田/大塚製薬株/東海ビル管理株/ウエルシア薬局株 他

ポイントカード
切り離してお使いください。

(キリトリ)

※氏名から希望コースまで記載されていることを確認の上、提出してください

生年月日
ふりがな
氏名
男・女 T・S・H
(18歳以上) 年 月 日

住所 〒

電話

希望コース
A ・ B ・ C ・ D ・ 希望なし

いきいきカードNo.

※記載された個人情報は当事業以外には使用しません。

✂ (キリトリ)



しまだ健幸マイレージ
ポイントカード

私のチャレンジ「マイポイント」

途中で変更できます。

次回の抽選締め切り：毎年1月31日
(こちらのカードで応募期間後もポイントを貯められます。)

お問合せ先 島田市健康づくり課 0547-34-3281

ポイントの貯め方は全部で3種類

その①『マイポイント』 目標に取り組んだ日は1ポイント 自己申告手書き

マイポイントは【設定例】等を参考に自由に決めて実践してください。



▲デジタル版はこちら

設定例

・血圧を測り記録する ・間食を控える ・1日()歩以上歩く など

その②『ボーナスポイント』 自己申告手書き

☆人間ドッグや各種健(検)診を受ける、公認しまトレ・通いの場・健康講座等に参加するなど、健康に関する行動をすると2ポイントGET!

公認しまトレ
スタンプ



☆デジタル版のみ...

市内のおいしくヘルシー応援店を利用するとポイントがもらえます。

おいしくヘルシー店についてはこちら▶



ヘルシーメニュー
を食べてポイント
GETだぜ!



カードの記入方法(例)

日付を記入してください

各種健(検)診を受診した(2ポイント) ●
講座・イベントポイント
スタンプ押印やシール貼付 ●
(もしくは手書き) ●

人間ドッグ	マイ	マイ	マイ
←	10/1	10/8	10/9
検診	マイ	マイ	マイ
←	10/10	10/15	10/20
イベ	マイ	マイ	
11/7	11/9	11/10	11/16

●人間ドッグを受診した
(2ポイント)

『マイポイント』
●「マイ」等と手書き

『おでかけポイント』
●緑スタンプを押印



がんばれ!!



その③『おでかけポイント』

緑スタンプ ※1日1回最高1ポイントまで

施設の受付あるいは入口付近にありますのでご自身で押しましょう。

応募箱 = 応募ボックス設置場所

スタンプ設置場所

対象施設	対象施設	対象施設
1 島田市役所 応募箱	11 プラザおおるり	21 田代の郷温泉伊太和里の湯 応募箱
2 保健福祉センターはなみずき 応募箱	12 六合公民館 ロクティ 応募箱	22 川根温泉 ふれあいの泉
3 島田市総合スポーツセンターローズアリーナ 応募箱	13 初倉公民館 くらら 応募箱	23 川根文化センターチャリム21
4 地域交流センター歩歩路 応募箱	14 初倉西部ふれあいセンターしろやま	24 野外活動センター山の家
5 島田図書館	15 金谷支所 応募箱	24 川根地区センターちゃくら
6 島田市博物館	16 金谷公民館みんくる 応募箱	26 川根図書館
7 島田球場	17 夢づくり会館	27 老人福祉センター伊太なごみの里
8 ばらの丘公園	18 諏訪原城跡	28 伊久美農村環境改善センターやまびこ
9 大津農村環境改善センター山王	19 川根支所 応募箱	
10 島田市こども館	20 北部ふれあいセンター 応募箱	

※保健福祉センターはなみずきでは、郵送での応募も受け付けます。

市内9か所の
地域子育て支援センターにも
スタンプを設置しています。



スタート	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
あと少し がんばれ!	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	ゴール	50	

しまだ健康
マイレージHP



ふじのくに健康
いきいきカード
協力店



キリ

ポイントカード
切り離してお使いください。

