



ミムリン健幸ポイント事業スタート!

ポイントを貯めて「みさと元気チケット」と交換しよう!

事業スケジュール

各ポイント項目に取り組み、
ポイントを獲得

9月1日～12月31日

獲得したポイントの合計が記載された
通知をもって、美里町商工会が発行す
る「みさと元気チケット」と交換
(5,000ポイントが上限)

平成30年2月中旬～3月上旬

歩数計で参加する場合の注意点

歩数のポイントを獲得するためには、30日に
1回歩数計をリーダーライターにかざし、歩数の
データを送信してください。



リーダーライター

歩数計

■リーダーライターの設置場所

- ①美里町役場
- ②保健センター
- ③コミュニティセンター

※設置場所は今後増設する予定です。
広報などでお知らせします。

*アプリで参加した場合には、
自動でポイントを獲得できます。

ポイント項目

項目	ポイント獲得条件	ポイント数
歩数	1日の歩数が年齢別に設定された目標歩数を達成	1～10Pt/日
特定健診など	特定健診または人間ドックを受診	1,000Pt/年1回
	受診後、結果が健康な人(すべての項目が基準値以内)	1,000Pt/年1回
がん検診など	胃がんリスク・前立腺がん・大腸がん・肺がん・乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症・歯周疾患検診を受診	50Pt/各1回
高齢者いきいき対策事業	高齢者いきいき対策事業に参加	500Pt/回 (年2回まで)
事業・イベントに参加	めざせ!毎日1万歩運動、 元気!いきいき100歳体操サポーター養成講座に参加	1,000Pt/回 (年2回まで)

歩数によるポイント

年齢	1ポイント	4ポイント	7ポイント	10ポイント
30歳～44歳	2,000歩	4,000歩	6,000歩	8,000歩
45歳～64歳	2,000歩	3,000歩	5,000歩	7,000歩
65歳～74歳	1,000歩	3,000歩	5,000歩	6,000歩
75歳～	1,000歩	2,000歩	4,000歩	5,000歩

※年齢は平成29年度末の年齢です。

Q&A

- Q** 9月からの4か月間、どんなことをすればいいの?
- A** 毎日の運動や各種健診(検診)を受診し、健康づくりに取り組んでください。
- Q** ミムリン健幸ポイント事業に参加した場合、運動教室などに参加しなければいけないの?
- A** その必要はありません。上記のポイント項目に取り組むことでポイントを獲得できます。
- Q** 9月1日以降でも途中から参加できるの?
- A** 参加することができます。アプリによる参加の場合は、利用登録するだけです。歩数計による参加の場合は、参加申込書を保健センターへ提出してください。その後歩数計を配布します。
- Q** 歩数計を紛失したり壊してしまった場合はどうすればいいの?
- A** 歩数計を購入していただく必要がありますので、保健センターへご連絡ください。
- Q** 獲得したポイントはいつ「みさと元気チケット」と交換できるの?
- A** 交換期間は2月中旬から3月上旬を予定しています。なお、2月上旬に交換期間と獲得したポイントの合計が記載された通知を送付します。
- Q** 獲得したポイントはいつ「みさと元気チケット」と交換できるの?
- A** 獲得したポイントはいつでも「みさと元気チケット」と交換できます。保健センターで複数回、交換会を実施します。また、交換期間内であれば美里町商工会でも交換することができます。
- Q** この事業は平成29年12月31日で終わるの?
- A** 平成30年1月1日以降も継続して実施します。詳細については決まり次第お知らせします。
- Q** 獲得したポイントは平成30年1月以降に引き継げるの?
- A** ポイントは引き継ぐことはできません。ポイント交換期間内に必ず「みさと元気チケット」と交換してください。また、交換期間内に交換しなかった場合、すべてのポイントが無効となります。

問合せ 保健センター
76-2855