

チャレンジシート

【対象者】18歳以上の垂井町民

参加回数 0 回目

※今年度、2回目以上
チャレンジしている方は
回数に記載してください。

①健康づくりに取り組む

右のチャレンジシートに、健康づくりに取り組んだ日付、メニューを記載して、ポイント（ミナモスタンプ）を貯めましょう。

ポイントの付与対象は、裏面にあります（健（検）診は必須）。

ポイントは保健センターの窓口で押すので申告してください。まとめて押すこともできます。

②10ポイント貯めて、特典と交換する

特典の交換窓口：保健センター

特典1：粗品がもらえる！

垂井町からささやかなプレゼントです。

特典2：ミナモ健康・スポーツカードがもらえる！

協力店に「ミナモ健康スポーツカード」を提示することで、県内各地の協力店で様々な特典を受けることができます。協力店に関する情報は、岐阜県ホームページをご確認ください。



特典3：健康グッズや県産品が当たる抽選申込書がもらえる！

切手を貼って岐阜県にご応募いただくと、抽選で健康グッズや県産品が当たります。（抽選締切り：令和6年2月29日）

1 ポイント 年 月 日 Stamp

2 ポイント 年 月 日 Stamp

3 ポイント 年 月 日 Stamp

4 ポイント 年 月 日 Stamp

5 ポイント 年 月 日 Stamp

6 ポイント 年 月 日 Stamp

7 ポイント 年 月 日 Stamp

8 ポイント 年 月 日 Stamp

9 ポイント 年 月 日 Stamp

10 ポイント 年 月 日 Stamp

健康・スポーツポイント事業に関するアンケート (10ポイント貯まったらご記入ください)

①参加年数 初めて 2年目 3年目 4年目以上

②本事業により、健診（検診）を受診しようと思いましたか。
はい いいえ 毎年受診している

③本ポイント事業により、生活習慣に変化がありましたか。（複数回答可）
運動週間がついた 食習慣が改善した
血圧・体重・体脂肪をチェックするようになった
その他（ ）
特に変わっていない

④本事業により成果があったことがありましたか。（複数回答可）
体重が減った 体脂肪が減った 腹囲が減った
血圧が下がった 健診結果（血液検査の数値等）が改善した
1日の運動量（歩数など）が増えた
その他（ ）
特になかった

⑤来年も本事業に参加したいですか。 はい いいえ

お名前： (性別) 男性 ・ 女性 ・ 答えたくない

お住まい：垂井町

生年月日：昭和・平成 年 月 日 歳

勤務先：

☆スマホアプリ版もあります（参加は、チャレンジシート版かアプリ版のどちらかです）。

アプリ版について詳しくは
岐阜県地域スポーツ課HPへ⇒

