

○健康ポイント事業って何？

「市民すべてが心身ともに健康で、生きがいのある生活のできるまちづくり」を目指し、一人ひとりが自ら継続的に健康づくりに取り組むために実施します。  
運動をしたり、健診を受けたり、市の健康・介護予防事業に参加してポイントを集めましょう。  
すてきな賞品を用意しています。

○対象者

大網白里市に住所がある**20歳以上**の方

※ 令和9年3月31日時点の年齢

※ 応募時に住民票が市内にあること

○健康ポイント手帳配布期間

令和8年5月11日(月)～令和8年11月27日(金)

○応募用紙の提出締切日

**令和9年1月22日(金)**

○参加方法(チャレンジA・B両方参加できます)

○応募はA・Bともに1人1回のみです。

最初に、健康ポイント手帳に氏名・住所などを記入

「自分の目標」を立てる

目標を60日達成  
チャレンジAをクリア

目標を60日達成  
チャレンジBをクリア

応募用紙に氏名・住所などを記入して提出  
(健康増進課、大網白里アリーナ)  
AB両方応募の場合は終了してから提出してください

**抽選でマリンの  
土産店で使える  
商品券(1,000円)  
15名様にプレゼント**

**抽選で賞品をプレゼント**  
・特産品詰め合わせ(25名様)  
・大網白里アリーナトレーニング室  
利用券 **+体力測定チケット**  
(今年度追加！)(20名様)

令和8年度

# 大網白里市 健康ポイント手帳



市のキャラクター「マリン」

氏 名	男・女
住 所	大網白里市 299-32

問合せ先 大網白里市健康増進課  
住 所 大網白里市大網100番地2  
(保健文化センター1階)  
電話番号 0475-72-8321  
月～金(祝日除く)8時45分～16時30分

◎目標達成後アンケート

※ **あてはまる口に☑を入れてください**  
記入欄にコメントがある場合はご記入ください

質問1 これまでに、健康ポイント手帳事業に  
参加したことはありますか？

初めて 以前、参加したことがある  
(回数： 回目)

質問2 今回始めたきっかけは何ですか？  
(複数回答可)

ホームページ 健(検)診会場でもらった  
健康に関心があるから 抽選で賞品プレゼントがあるから  
その他(具体的に： )

質問3 目標は今後も続けていきたいですか？

はい いいえ  
違う目標に取り組む(理由： )

質問4 健康ポイント手帳の使いやすさはいかがでしたか？

よい ふつう 使いにくい  
(具体的に： )

質問5 健康ポイント手帳事業に参加したこと  
で健康意識は変わりましたか？

はい いいえ どちらともいえない

質問6 この事業に参加していかがでしたか？  
(複数回答可)

健康づくりのきっかけになった  
以前より体調がよくなった  
健診を受診するようになった  
楽しく健康づくりを続けられた  
市の事業に参加するようになった  
人と会話することが増えた  
事業が修了しても目標を継続している  
その他 以下に記入

※抽選は2月上旬に行い、当選者発表は賞品案内の発送をもって替えさせていただきます。