

健康ポイント申請書

【対象者】

令和3年4月から令和4年3月までに特定健診・後期高齢者健診または若年者健診を受けた八幡浜市国民健康保険被保険者の方、八幡浜市後期高齢者医療制度被保険者の方

※表面の①②③、裏面の④⑤とアンケートに答えて、合計80ポイント以上で申請いただけます。

※記入いただいた情報は、健康ポイント事業に使用するほか、今後の保健事業に役立てます。

【申込方法】この申請用紙を八幡浜市役所市民課国保係(⑥番窓口)、保内庁舎管理課、各出張所へ持込または、郵送でご申請ください。

【お問い合わせ先】八幡浜市役所市民課国保係(健康ポイント担当)

〒796-8501 八幡浜市北浜一丁目1番1号 ☎0894-22-3133

締切

令和4年3月31日必着

申請者情報	ふりがな	生年月日	お電話番号
	お名前 性別(男・女) 年齢()歳	T・S・H 年 月 日生	- -
	ご住所 〒 八幡浜市		ポイント合計(①+②+③+④+⑤)

①受けよう健診(検診)

特 定 年 者 健 診	令和3年度 受診日	(記入例) 集団健診 個別健診(健診場所:みなと交流館)	ポイント①
	前年の数値	健診結果より右記検査項目の結果を記入してください。	HbA1c () または 血糖値(空腹・随時)()
が ん 検 診	<記入例> 受診日: 9/1 検査名: 大腸がん検診 健診会場: みなと交流館		ポイント①
	受診日: / /	検査名:	健診会場:
	受診日: / /	検査名:	健診会場:
	受診日: / /	検査名:	健診会場:

※がん検診は、八幡浜市の集団健診で受診したがん検診(胃・大腸・肺・子宮頸・乳・前立腺がん検診)が対象です。

②健康に関するイベントに参加しよう

<イベントの例> 地域のラジオ体操、運動教室、健康教室など			ポイント②
参加したイベント	参加日: / /	イベント名:	会場名:

※八幡浜市主催のイベントで無い場合は、申請の際に関連資料(チラシ等)を添付してください。

③健康や運動に関する目標を立てて実行しよう

目標の例: 1日30分歩く、体操をする、血圧を測る、禁煙(酒)する、間食をしないなど						ポイント③
目標① ()						5
達成した日	/ /	/ /	/ /	/ /	自由記載欄	
目標② ()						5
達成した日	/ /	/ /	/ /	/ /	自由記載欄	

※連続した5日間でなくてもかまいません。

