

自分に合った健康づくりで特典を手に入れよう！

# いずのくに健康マイレージ 始まる

いよいよ『いずのくに健康マイレージ』が始まります。このマイレージは、自分の生活習慣に合わせて健康づくりに取り組み、それを地域が一体となって応援する、新しい健康づくりのスタイルです。

## ステップ1 リーフレットを手に入れる

市内公共施設や協力店で配布します。リーフレットにポイントカードが付随されています。そちらのカードをご利用ください。対象者 18歳以上の市内在住・在勤・在学者  
ポイントを貯める期間  
10月19日(土)～平成26年3月31日(月)



10月19日(土)の福祉イベント『市民ふれあい広場』でも、リーフレットを配布するよ。みんな来てね！

☎ 健康づくり課  
055(949)6820

## ステップ2 ポイントを貯める

食事や運動、お口の手入れなどの日々の健康づくりと、検(健)診受診や市の教室などに参加し、35ポイント貯めます。ポイントは自己申告制です。(市役所健康づくり課の教室に参加した場合は、スタンプ有り)



今の生活習慣よりも良くなるような取り組みに、1日1ポイント

食後だけじゃなくて、寝る前の歯磨きを習慣にするぞ！



市役所健康づくり課の運動教室や、栄養講座などに参加するとボーナスポイントをもらえるよ！

詳しいポイントの貯め方など、詳細はリーフレットでご確認ください。

①食生活、運動、歯と口腔の項目  
20ポイント +  $\alpha$

+

②社会参加項目、検(健)診項目  
2ポイント +  $\beta$

||

**35ポイント**

ポイントは自己申告制です。健康習慣を身につけるため、みんな頑張ってください！



## ステップ3 『ふじのくに健康いきいきカード』と交換

交換方法  
35ポイント貯まったポイントカードを持参し、健康づくり課(葦山福祉・保健センター)にお越しください。  
※カード有効期限は発行日より1年。  
※カード引き換え最終日  
平成26年4月30日(水)



ふじのくに健康いきいきカード



35ポイント貯まったからいきいきカードをゲット！特典が楽しみ～！

## ステップ4 特典を受ける

『ふじのくに健康いきいきカード』を提示すれば、協力店で特典が受けられます。特典の内容は協力店により異なります。  
例・メニューを注文するとドリンク1杯サービス  
・入園料割引 など  
※協力店の特典情報は、県および市ホームページで紹介しています。  
※特典は市内だけでなく、県内の協力店で受けられます。



食事に行ったら、特典でソフトドリンクをもらっちゃった。マッター！

## オープニングイベントを開催

とき **10月19日(土) 10:45～11:00**  
※福祉イベント『市民ふれあい広場』会場内  
ところ **葦山福祉・保健センター**  
内容 『いずのくに健康マイレージ』開始宣言  
県東部で活動している『yokkoTGC』によるゴスペルコーラス

※『いずのくに健康マイレージ』事業は、静岡県で推進している『ふじのくに健康長寿プロジェクト『健康マイレージ支援』』の一環です。

## 市内協力店

このポスターが目印です 9月10日現在

長岡地区	区分
ひょうたん寿司 長岡本店	飲食
与志富 伊豆長岡店	飲食
うを正	飲食
だるま 長岡本店	飲食
あやめ薬局	買い物
天野屋洋品店	買い物
魚武商店(魚屋のみ)	買い物
サトウ薬局	買い物
和泉屋	買い物
明正薬局	買い物
a i ・ a i (リラクゼーション)	その他
あづまや旅館	旅館
ホテルサンバレー 富士見	旅館
三楽の宿 さかや	旅館
陶芸の宿 はなぶさ	旅館
山田家	旅館
楽山やすだ	旅館
おおとり荘	旅館
伊豆の国パノラマパーク	娯楽
葦山地区	区分
蔵屋鳴沢	飲食
WOOD HILL	飲食
一匹の鯨	飲食
四季彩菜 しゃろう夢	飲食
つぎ美湯元園(小田前店、駅前店)	買い物
クーポン・ハウス	買い物
杉山洋ラン園 オーキッド・スギヤマ	買い物
伊豆にらやまカントリークラブ	娯楽
富士箱根カントリークラブ	娯楽
大仁地区	区分
沼津魚がし鯨 流れ鯨 伊豆の国大仁店	飲食
ダンケ	買い物
すぎむら(本店、田京店、アムール)	買い物
アピタ大仁店	買い物
ハックドラッグ(伊豆長岡店、大仁店)	買い物
長屋書店	買い物
おちあい薬局 田京店	買い物
いさぶや印刷工業	その他
明治健康宅配センター 伊豆の国店	その他
一二三荘	民宿
伊豆大仁カントリークラブ	娯楽
I Z U ・ W O R L D みんなのHawaiians	娯楽

