

コンビニなどで使える
全国共通の商品券

抽選で当たる！
Quoカード1万円 3名！
Quoカード500円 100名！
応募者全員に「ち〜バリューカード」進呈！
詳しくは裏面へ

もっと よつかいどう more いきいき 健康ポイント よつも！



ちょっと健康になる3ポイントで、幸運をあなたに

下の①～⑨の対象事業に参加し3ポイントためたら応募しよう！応募券は用紙下、方法は裏面へ

ポイント対象事業 対象期間 2021.1.1～12.31

ポイント数

①	特定健診・健康診査・勤務先の健診・人間ドックの受診	1
②	歯科健診の受診	1
③	がん検診（市の検診・勤務先の検診・人間ドックオプション検診）の受診	いくつ受けても1
④	肝炎ウイルス検診の受診	1
⑤	骨粗しょう症検診の受診	1
⑥	予防接種（インフルエンザ・肺炎球菌・風しん等接種・風しん抗体価検査）	1
⑦	市主催・共催の健康に関する相談会・教室・講演会・健康運動イベント等への参加	いくつ参加しても1
⑧	健康につながる運動や食事、生活リズムなどの目標を立て、1か月以上取り組む	1
⑨	「よつも！」を周囲の人に知らせたり、応募券を渡した	1

キ リ ト リ

よ つ も 応 募 券 (兼交付申請書)	名前	ふりがな	生年月日	T・S・H 年 月 日	年齢	性別	男・女
	住所	四街道市			電話番号		
	ポイント（○をつける、または記入してください）						実施年月日
	アンケート	「よつも」が健康生活に取り組むきっかけになりましたか？（どちらかに○をつけてください）					はい ・ いいえ
	①	特定健診 健康診査 勤務先の健診 人間ドック					年 月 日
	②	歯科健診					年 月 日
	③	胃・大腸・肺・乳・子宮 がん検診					年 月 日
	④	肝炎ウイルス検診					年 月 日
	⑤	骨粗しょう症検診					年 月 日
	⑥	予防接種（インフルエンザ・肺炎球菌・風しん等接種・風しん抗体価検査）					年 月 日
⑦	健康関係講座名・イベント名（ ）					年 月 日	
⑧	健康につながる運動や食事・生活リズム等の取組内容 例：[筋肉を落とさないよう3食たんぱく質をとって元気！]						
⑨	「よつも！」を周囲の人に知らせたり応募券を渡した（誰に？）						

※応募券に記入した内容は、事実と相違ありません

応募はひとり年1回

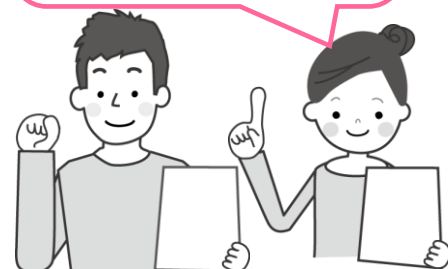
裏へ

応募者全員へ ち～バリューカード進呈！



カードの提示で、
県内の協賛店にて
サービス特典が
受けられる！

家族や友達を誘って
健康と幸運を
おすそ分け！



皆さんが健康づくりに対する関心を高め、
健康的な生活習慣を実践するきっかけとなることを目的としています。

参加対象	20歳以上の四街道市民
参加方法	スタートはこの応募券を手に入れた日からいつでもOK
ポイントをためる期間	2021年1月1日～12月31日
ポイント記入方法	- 対象事業の①～⑥は、勤務先や個人の受診でも可能。 - 応募券に健診・検診を受けた項目、受診日を記入してください。 - 対象事業の⑧は「筋肉を落とさないよう3食たんぱく質をとって体力がついた」「階段を使い、つまづかなくなった」など、1か月以上取り組んだ効果を含め記入してください。 - 対象事業⑨は「応募券を自治会で配った」「息子に話した」などと記入してください。
応募締め切り	2022年1月4日（火）
応募方法	- 直接持参する場合 応募券に必要事項を記入し、健康増進課へ持参してください。 その場で「ち～バリューカード」をお渡しいたします。 - 郵送で応募する場合 応募券に必要事項を記入し、封書で応募先まで郵送してください。 （郵送料はご負担ください）※当日消印有効 - FAXで応募する場合 応募券に必要事項を記入し、この用紙を応募先FAX宛に送ってください。 - 市ホームページから応募する場合 直接またはQRコードで応募サイトへアクセスし必要事項を入力後送ってください。
当選の発表	- 当選の発表は特典の発送をもってかえさせていただきます。 - 当選者の受診内容、取り組み内容の確認をさせていただく場合がございます。

問い合わせ 応募先	四街道市 健康増進課 住所：〒284-8555 四街道市鹿渡無番地 保健センター 電話：043-421-6100 F A X：043-421-2125
--------------	---

市ホームページ
「健康ポイント・よつも！」

