

# きみつ健康マイレージ



インターネット受付により  
忙しいあなたもいつでも応募できます。



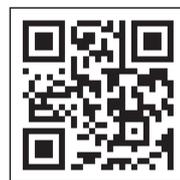
抽選により**5000円分のお買いもの券**をGETしよう。

## 参加対象

君津市民で18歳以上（令和8年3月末時点）の方

## 応募方法

- ①パソコン、タブレット、スマートフォンから、「ち～バリュ～カードWeb申請・交付ページ」にて新規登録を行います。  
URL <https://chi-value.net>
- ②ポイントを貯める期間中に、本チラシ裏面に掲載されている健康に関する取組みを行います。
- ③Webサイトにアクセスし、取組んだ内容を入力してポイントを貯めます。
- ④150ポイント以上貯めると、10日間程度で、ち～バリュ～カード（電子）が交付されます。  
・お買いもの券→ち～バリュ～カード（電子）交付時にお知らせする抽選フォームにて、3種類のお買いもの券のうちから1種類を選択していただきます。  
令和8年2月末に抽選します。



（注意）応募用紙での応募はできません。Web サイトでの応募のみです。

## ポイントを貯める期間

令和7年4月1日（火）～令和8年1月31日（土）

## 応募期間

令和7年6月1日（日）～令和8年2月15日（日）



**合計150ポイント**以上貯めた方全員に  
千葉県が発行している  
「**ち～バリュ～カード（電子）**」  
を交付

※カード提示で県内の協賛店にてサービス特典が受けられます。  
<https://chi-value.com>



さらに抽選で20名の方に

- ・JAきみつ味楽園
  - ・小糸商店振興会
  - ・くるりスタンプ会
- のいずれかで使える

**お買いもの券5000円分  
プレゼント**

（抽選は令和8年2月末、発送は3月）

# 健康診断を受けると20ポイントGET！

WEBから登録することで、楽しくお得に健康活動ができます。  
あなたも参加してみませんか。

## ポイントの貯め方

健康に関する取組みを行うことで、健（検）診、生活習慣、その他の3種類のポイントから貯めることができます。

### 健（検）診

①	健康診断、特定健診、人間ドックなどを受ける	20ポイント
②	各種がん検診、各種検診を受ける	各10ポイント(各種検診ごと)

### 生活習慣

①	運動に関する取組み ラジオ体操、ウォーキング、体操教室など	60日以上のお取組みで、 項目ごとに60ポイント (最大480ポイント)
②	減塩への取組み 減塩しょうゆを使う、麺類の汁は飲み干さないなど	
③	栄養に関する取組み 3食バランスよく食べる、野菜を1日350g食べるなど	
④	お口の健康に関する取組み 歯周ブラシでのケアなど	
⑤	睡眠、休養に関する取組み 十分な睡眠をとる、休養日を設けるなど	
⑥	体重測定、血圧測定	
⑦	禁煙を行う	
⑧	禁酒、減酒を行う	

### その他

①	予防接種を受ける	20ポイント
②	保健指導、健康相談を受ける	20ポイント
③	健康やスポーツに関する講座、イベント、献血に参加する	20ポイント
④	アプリケーションを利用し、健康状態や健康活動の記録、管理を行う	20ポイント
⑤	BMI、血圧、血糖、脂質などの数値が自分で設定した目標値を達成する	80ポイント

WEB上のアンケートに答えて、抽選でもらえるお買いもの券の種類を選ぼう！

JAきみつ味楽団  小糸地区の協力店  久留里地区の協力店  
使用できるお店の詳細はこちらをチェック→



お問合せ先 君津市保健福祉センター 健康スポーツ課 TEL 0439-57-2230